

Ausgabe Lausitz **November 2015** Kostenfrei



lausebande

Das Familien- und Elternmagazin

Impfen Ein Ratgeber und Plädoyer zur bevorstehenden Impfsaison
Vattenfall Schul-Cup Das größte Schulsportereignis der Lausitz startet
Feriencamp mit Huskys Jetzt den Traum kleiner Hundefreunde sichern!

Spezial
Indoor
ab Seite 14



Mitglied der
**FAMILIEN
BANDE**

LAUSITZ MEDIEN
VERLAGSGRUPPE FÜR
CROSSMARKETING

8 auf einen Streich!

Vom bunten Leben in kinderreichen Familien.

A man with a beard, wearing a grey blazer and dark trousers, is kneeling on a dark wooden floor in a museum. He is looking up at a display case. A young boy in a blue shirt and dark trousers stands next to him, also looking at the display. In the background, other people are visible, and a large, abstract sculpture is on display.

Können Sie Ihrem Kind mehr mitgeben als gute Ratschläge?

Die Zukunft steckt voller Fragen.
Finden wir gemeinsam Antworten.
Persönlich, fair, genossenschaftlich.

Sprechen
wir über Ihre
Zukunft!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.



VR Bank Lausitz eG
Meine Volksbank Raiffeisenbank

Liebe Lausebanden,



na, sind Sie auch schon im Weihnachtsmodus? Man will es ja kaum wahrhaben, aber schon in ein paar Wochen geht es mit den Advents- und Weihnachtsmärkten los. Lebkuchen & Co. sind ohnehin schon unmittelbar nach der Hitzewelle zum Sommerende in die Supermärkte eingezogen. Vielen geht diese teils überzogene Vorfreude sicher auf die Nerven. Dabei können gerade Kinder aus der Vorfreude sehr viel lernen. Eltern neigen ja viel zu oft zur vorschnellen Er-

füllung von Kinderwünschen, die sogenannte Quengelmeile mit Süßigkeiten an Supermarkt-Kassen liefert täglich viele Beispiele dafür. Dabei hilft es Kindern in ihrer Entwicklung immens, wenn sie lernen, jetzt auf etwas zu verzichten und sich auf eine spätere Belohnung „vorzufreuen“. Belohnungsaufschub nennen das Wissenschaftler. Je eher Kinder also zugunsten einer künftigen Belohnung vorab verzichten können, desto besser für ihre geistige Entwicklung. Insofern kann man die verlängerte Vorfreude auf Weihnachten also auch wunderbar nutzen, um die eigenen Kinder fit zu machen. *Ihr Jens Taschenberger*

Inhaltsverzeichnis

Aktuelles 4 Grußwort 5 Handgemacht: Kreativmarkt/ Cottbus geht ins Wasser 8 We love Huskys/ Räuber Hotzenplotz/ Fair bringt mehr 9 Fohmarkt im Kolosseum/ Kreativ in der Kaiserkrone 10 Pfiffikus Gala/ Mehr Obst für Kitas 11 Kehraus in der Energiefabrik/ Wolfsexkursion & Basteln 12 Lernzentrum Cottbus/ Vorlesetag/ Das Einschlafbuch 13 In Kaspers Küche/ Nikolaus auf Gut Neu Sacro 16 **Indoorspezial** 20 Spezial Grippeimpfung

Titelthema

33 8 auf einen Streich!
42 Interview Dr. Elisabeth Müller

Empfehlungen

14 Traumhaft Familienwohnen 19 PiPaPo Kinder-Spielparadies 26 Der Vattenfall Schul-Cup 2015/2016 28 Weihnachtsoasen für Lausebanden 30 HEIDI – der Familienfilm des Jahres! 32 Winterferien mit Huskys 41 Puppenspiel auf Gut Geisendorf 48 Kinder & Eltern in guten Händen 55 SELGROS – Stark für Viele

Rubriken

6 Netzwerk Gesunde Kinder
13 Staatstheater 44 Verlosungen für Lausebanden
46 Buchempfehlungen 50 Pro Lausitzer Braunkohle
54 lausitzDADDY 56 Kursangebote 58 Termine

AUS LIEBE ZUM GUTEN GESCHMACK

seit 1993

KÜCHEN

SABINE GEISLER

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

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Familien,



 als ich 2009 mit unserem fünften Kind schwanger war, googelten mein Mann und ich die Begriffe Großfamilie und kinderreich. Das Gefühl, kinderreich zu sein, hatten wir bis dahin nicht, zumal Nummer drei und vier im Doppelpack kamen. Dabei

gilt man in Deutschland schon ab drei Kindern als kinderreich.

Das Ergebnis unserer Internetrecherche? Frustrierend – bereits auf der ersten Seite tauchte mehrmals der Begriff asozial auf. Selbst Wikipedia zählte in erster Linie die Nachteile dieser Familienform auf. Motivierende Literatur oder Netzwerke? Nicht vorhanden. Gut zwei Jahre später recherchierte ich wieder, um selbst ein Buch für kinderreiche Mütter zu schreiben und stieß auf den frisch gegründeten Verband kinderreicher Familien. Der Verband setzt sich z.B. in Politik und Presse für die Belange großer Familien ein und bietet wunderbare Vernetzungs- und Austauschmöglichkeiten. Und er stellt auf seiner Homepage die schönen Seiten des Großfamilienlebens in den Vordergrund. Keine Frage, große Familien sind nicht automatisch glückliche-

re oder gar bessere Familien, aber es braucht schon eine extra Portion Mut und Zuversicht, um sich auf das Leben mit vielen Kindern einzulassen.

Was große Familien wie alle Familien stärkt, ist Akzeptanz und Wertschätzung. Völlig deplatziert sind dagegen Bemerkungen wie „Selbst schuld, du wusstest doch nach dem ersten Kind, was auf dich zukommt!“ oder Familienkarten, die auf zwei Kinder begrenzt sind. Glücklicherweise liegt das in den wenigsten Fällen an bösem Willen, sondern an Unbedachtheit und fehlender Lobby. Umso mehr freut es mich, dass die lausebande in dieser Ausgabe ihren Fokus auf die große Familie legt.

Ich habe gerade noch einmal kinderreich gegoo-gelt. Diesmal erschienen neben Hinweisen auf den Verband insbesondere Forderungen verschiedener Parteien, große Familien mehr zu fördern. Gemeinsam lässt sich also einiges bewegen – vor allem im Bewusstsein der Gesellschaft. Aus dem Herzen der Eltern ist wieso keins der Kinder mehr wegzudenken.

Herzliche Grüße und alles Gute,

Daniela Nagel

Mutter von fünf Kindern, Autorin

Jetzt anmelden!
Noch Standflächen zu vergeben:
Telefon 0355 289252-0
E-Mail info@zweihelden.de

Eintritt frei



Ferriencamp Messe

21. Februar 2016
10 – 18 Uhr Lausitz-Arena Cottbus

Themenbereiche: Klassenfahrten, Schul- und Familienausflüge

präsentiert von:

 **ROTEC**

 **BAUTEC**

Schirmherrschaft: Holger Kelch,
 Oberbürgermeister der Stadt Cottbus

www.ferriencampmesse.de | www.lausebande.de

Lauter schöne Dinge fürs Zuhause

Der Handgemacht-Kreativmarkt am 28.+29.11. in der Messe CB

Jeder kann mitmachen!
Standmöglichkeiten
auch für Privatpersonen



Auch Privatpersonen können schöne Dinge verkaufen. Infos unter www.kreativmaerkte.de!

Einmal im Jahr wird die Cottbuser Messe in die bunteste Einkaufsmeile der Lausitz verwandelt. Beim Handgemacht-Kreativmarkt gibt es an zwei Tagen eine bunte Welt voller Kreativität und einzigartiger Produkte zu entdecken. Die Kreativplattform DaWanda ist exklusiv mit einem eigenen Team live dabei. Zahlreiche Stände bieten Mitmachaktionen und Schauvorführungen an. Mit tollen Angeboten wie Basteln und Kinderschminken wird

dieses Event zum Erlebnis für die ganze Familie. Verschiedene Leckereien runden die Veranstaltung ab. Frauen können für 5 Euro Eintritt auf die Jagd gehen, Männer zahlen nur die Hälfte, Kids bis 12 sind frei. Samstag 28.11. von 11 bis 18 Uhr
Sonntag 29.11. von 10 bis 17 Uhr
Messe Cottbus, Vorparkstrasse 3, 03042 Cottbus

 www.kreativmaerkte.de

Cottbus geht ins Wasser: Das 24-Stunden-Schwimmen



Am 20. November um 16 Uhr startet in der Cottbuser Lagune das Schwimmereignis des Jahres! Beim 17. Cottbuser 24-Stunden-Schwimmen kann jeder mitmachen – und

erhält dafür eine Urkunde. Vergeben werden der Vereinspokal, der Schulpokal, der Nachtpokal und der Seniorenpokal. Infos zu den Wettkämpfen gibt es unter www.bez-cottbus.dlrg.de.

Unter der E-Mail 24-stunden-schwimmen@bez-cottbus.dlrg.de können sich Schulen und Vereine anmelden.

 www.lagune-cottbus.de

Goldrichtig für die ganze Familie

Mehr Obst für Kitas

Mitmach-Aktion
für Eltern & Kitas



www.persimon-kaki.de/kita

- spanische Kaki mit Qualitätsgarantie
- köstlich-süßes Fruchtfleisch ohne Kerne
- gesunder Genuss für Groß & Klein



persimon®

Die einzige Kaki mit geschützter
Ursprungsbezeichnung

EUROPEAN UNION
PROTECTED DESIGNATION OF ORIGIN
A WAY TO MAKE EUROPE

ICEX Quality Standard for Europe

Geschwisterrivalitäten



Von einer der engsten und intimsten Bindung bis hin zu ständigen Konflikten und Auseinandersetzungen: die Beziehung zwischen Geschwistern ist etwas Besonderes und Individuelles. Und sie ist eine der längsten sozialen Verbindungen, die Menschen durch ihr Leben begleitet¹. Geschwisterbeziehungen sind meist dadurch gekennzeichnet, dass sowohl negative als auch positive Gefühle zeitgleich auftreten. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass dies ein universelles Merkmal von Geschwisterbeziehungen ist. Das heißt, in allen Gesellschaften (auch historisch gesehen) kommen sie vor². Nicht selten führt die Konkurrenz zwischen Kindern zu Unsicherheit bei den Eltern. Es fällt ihnen schwer, mit den ständigen Streitigkeiten zwischen den Kindern umzugehen. Darüber hinaus können Streitigkeiten zwischen Geschwistern Eltern an ihre Belastungsgrenze führen.

Ursachen für Rivalitäten zwischen Geschwistern

Über Jahrtausende hinweg bedeutete die Geburt eines Geschwisterchens für bereits vorhandene Kinder eine existenzielle Bedrohung ihrer Bedürfnisse. Denn das Aufziehen von Kindern kostete viel Zeit sowie Energie und gefährdete im schlimmsten Fall die Versorgung älterer Kinder. War das ältere Kind jün-

ger als drei Jahre, wurde es meist noch gestillt und bei der Ankündigung eines Neugeborenen von der Brust entwöhnt. Damit war das ältere Kind von einer sicheren Nahrungsquelle und der immunologischen Unterstützung durch die Mutter abgeschnitten³. Von da an nahm ein anderes Kind die Rolle des Schutzbedürftigen bei der Mutter ein. Zudem sind Eltern für ein Kind Quelle für Schutz, Zärtlichkeit, Selbstwertgefühl und vieles mehr.

Ging es früher im Speziellen um die Wahrung existenzieller Bedürfnisse, steht heutzutage der Kampf um die Zuneigung der Eltern im Vordergrund. Die Aufmerksamkeit der Eltern muss ab der Geburt eines weiteren Kindes mit dem Geschwisterkind geteilt werden. Jüngeren Kindern, die die Vorgänge (Zeugung, Schwangerschaft, Geburt) nicht verstehen können, kann es noch schwerer fallen, mit den neuen familiären Entwicklungen umzugehen.

Was Eltern tun können

Aufgrund dieser Erkenntnisse raten Familienpädagogen zu einem Altersabstand von mindestens drei Jahren zwischen den Kindern. Natürlich ist es nicht immer möglich, die Geburtenfolge im eigenen Sinn zu beeinflussen. Dennoch gilt, je jünger die Kinder bei der Geburt eines Geschwisterkindes sind, desto

schwerwiegender werden die Veränderungen durch das Kind erlebt⁴.

Wird ein Kind geboren, sollten die Eltern die älteren Kinder angemessen auf die Geburt vorbereiten. Oftmals bietet die örtliche Bibliothek oder ein Buchladen Literatur zu diesem Thema an. Ein passendes Buch ist beispielsweise „Peter, Ida und Mininum: Familie Lindström bekommt ein Baby“ (von Gunilla Hansson).

Außerdem gilt es, ältere Kinder bei der Vorbereitung auf die Geburt mit einzubeziehen. Ob die Ultraschall-

Frei von Wasser: Wirksamer Schutz bei Kälte



Bei rauem Wetter braucht zarte Babyhaut besonders guten Schutz. Deshalb gibt es den **HiPP Wind & Wetter Balsam**. Da er wasserfrei ist, entsteht auf der Haut keine Verdunstungskälte. So bleibt Babys Haut selbst bei Kälte, Wind und Nässe gut geschützt. Das Wichtigste beim HiPP Wind & Wetter Balsam ist also, dass er frei von Wasser ist. Die reichhaltige Rezeptur mit wertvollem Bio-Mandelöl ohne ätherische Öle und Duftstoffe bietet eine ideale Winter-Pflege und wirksamen Schutz bei Wind und Wetter. Der Wind & Wetter Balsam ist genauso sorgfältig hergestellt wie alles von HiPP. www.hipp.de

Untersuchung, der Aufbau des Babybetts oder das Einräumen der Erstausrüstung: überall wo es passt, kann das ältere Geschwisterkind dabei sein. Auch nach der Geburt kann das ältere Kind Windeln holen, das Fläschchen halten oder streicheln. Wichtig ist auch, dass bereits gefundene Rituale mit älteren Kindern beibehalten werden. Damit helfen Eltern ihren Kindern bei der Umstellung auf die neue Situation.

Wenn die Kinder älter sind und häufig streiten, sollten Eltern nicht zu schnell eingreifen. Denn im Streit lernen Kinder eigene Positionen zu vertreten, aber auch Rücksicht auf den anderen zu nehmen. Wenn ein Eingreifen unvermeidlich ist, sollten Eltern keine Partei ergreifen, sondern die Bedürfnisse beider Kinder wahrnehmen und eine Lösung finden helfen, die für alle Kinder annehmbar ist. Auf Vergleiche zwischen den Kindern sollte gänzlich verzichtet werden.

Positive Faktoren von Geschwisterrivalitäten

Im Übrigen haben Geschwisterrivalitäten auch positive Seiten, auch wenn sie anstrengend für das Lebensumfeld von Kindern sein können. Auseinandersetzungen gehören zu einer ausgewogenen Vorbereitung auf das spätere Leben dazu. Denn Kinder lernen sich zu behaupten, sich zu verteidigen und Kompromisse zu schließen.⁵

Hannah Budnowski

(Netzwerk Gesunde Kinder Forst/ Döbern)

Jeannette Schultze

(Erziehungs- und Familienberatungsstelle Forst)

¹ Reuschenbach, B.: Eifersucht im Kindesalter und deren Folgen. Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg, 2005.

² Kasten, Hartmut: Geschwisterrivalität. In: Das Familienhandbuch des Staatsinstituts für Frühpädagogik. Abrufbar unter: www.familienhandbuch.de (14.07.2015).

³ Schmidt, N.: Geschwisterrivalität – Der Feind in meinem Kinderzimmer. In: Unerzogen-Magazin. 04/2013. Abrufbar unter: www.unerzogen-magazin.de (14.07.2015).

⁴ Bugelnig, B.: Geschwisterbeziehung in verschiedenen Lebensabschnitten aus systemisch-therapeutischer Sicht. In: Systemische Notizen. 02/08.

Lokale Netzwerke vor Ort in der Lausitz:

Netzwerk Gesunde Kinder

Dahme-Spreewald

c/o Klinikum Dahme-Spreewald GmbH

Köpenicker Str. 29, 15711 Königs Wusterhausen

Schillerstraße 29, 15907 Lübben

kostenfreies Info-Telefon

0800 64546337 (0800 NGKINDER)

ngk-lds@awo-bb-sued.de

Netzwerk Gesunde Kinder Guben

c/o Naemi-Wilke-Stift

Wilkestraße 14 „Haus Elisabeth“

Telefon / Fax (03561) 40 32 - 61 / -25

E-Mail netzwerk@naemi-wilke-stift.de

Netzwerk Gesunde Kinder Spremberg

c/o Albert-Schweitzer-Werk-Familienwerk

Fröbelstraße 1, 03130 Spremberg

Telefon (03563) 52295

E-Mail kidernetz@krankenhaus-spremberg.de

Niederlausitzer Netzwerk Gesunde Kinder

c/o Klinikum Niederlausitz GmbH

Friedensstraße 18, 01979 Lauchhammer

Telefon / Fax (03573) 75 - 34 72 / - 34 76

E-Mail ekib@klinikum-niederlausitz.de

Netzwerk Gesunde Kinder

c/o Paul Gerhardt Werk – Diakonische Dienste

Netzwerkbüro Forst.

Robert-Koch-Str. 35, 03149 Forst

Telefon / Fax (03562) 69 - 34 99 / -35 13

E-Mail netzwerk.forst@pagewe.de

Netzwerkbüro Kolkwitz

Am Klinikum 30, 03099 Kolkwitz

Telefon / Fax (0355) 78 40 -877 / -878

E-Mail netzwerk.kolkwitz@pagewe.de

Netzwerkbüro Cottbus

Thiemstr. 111, Haus 45, 03048 Cottbus

Telefon (0355) 46 21 30

E-Mail netzwerk.cottbus@pagewe.de

Netzwerk Gesunde Kinder Oberspreewald

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

Rudolf-Breitscheid-Straße 24, 03222 Lübbenau

Telefon / Fax (03542) 93 84 - 251 / - 409

E-Mail gesunde-kinder@awo-bb-sued.de

Elbe-Elster Netzwerk Gesunde Kinder

c/o Elbe-Elster Klinikum GmbH

Alte Prettiner Straße, 04916 Herzberg (Elster)

Telefon 03535 49-12 - 71

E-Mail gesunde-kinder@lkee.de

We love Huskys – Das Schlittenhunderennen in Spremberg

Am 21. und 22. November sind Familien zu einem tierischen Treiben willkommen!



Große Rennen für kleine Hundefreunde!

 www.alaskafeeling.de

 Kleine Hundefreunde sollten sich das vorletzte Novemberwochenende vormerken, denn am 21. und 22.11. findet in Spremberg das 21. Internationale Schlittenhunderennen statt. Die Rennstrecke in der Ratsheide ist schnell und anspruchsvoll – sodass es auch was zu sehen gibt. Wenn es kalt ist, kann man sich im beheizten Festzelt aufwärmen. Unterhaltung wird ebenfalls bei einem kleinen Rahmenprogramm geboten, das sich auch Familien und Kindern widmet. Die Rennen werden Samstag und Sonntag jeweils von 9.30 bis 15 Uhr veranstaltet, am Samstag auch mit Kinderrennen.

21. Internationales Schlittenhunderennen

21. bis 22.11.2015, jeweils 9.30 bis 15 Uhr
Ratsheide/verlängerte Bergstraße, Spremberg
(Hinweis: einfach durchfahren, Anlieger frei)

Räuber Hotzenplotz



 Die Neue Bühne Senftenberg inszeniert Otfried Preußlers Kinderbuchklassiker vom Räuber Hotzenplotz als turbulentes und heiteres Märchen zur Weihnachtszeit. Am 14.11. wird Premiere gefeiert, am 22. und 29.11. folgen weitere Familienvorstellungen, Beginn ist immer 16 Uhr. Das Vorweihnachts-Familienstück ist für Kinder ab 5 Jahren geeignet.

Im Stück treibt dann Räuber Hotzenplotz, einer der gemeinsten Räuber der Gegend, sein Unwesen. Es ist ihm gelungen, die kostbare Kaffeemühle von Großmutter zu stehlen. Selbst Wachtmeister Dimpfmoser ist machtlos, deshalb machen sich Seppel und Kasperl auf den Weg, um Großmutter's Lieblingskaffeemühle zurückzuholen ...

 www.theater-senftenberg.de

Fair bringt mehr startet



 Zum Jahresende startet wieder der Wettbewerb „Fair bringt mehr“ der VR-Banken für mehr Teamgeist und Fairness in Kitas und Schulen. Diese können sich als Gruppen oder Klassen mit einem oder mehreren Projekten beteiligen. Die Projekte sollten Themen wie Fairness, Teamgeist und soziales Miteinander aufgreifen, können bereits begonnen oder abgeschlossen sein oder kurz vor der Umsetzung stehen. Gewinnern winken Preise im Gesamtwert von 25.000 Euro. Einsendeschluss für Bewerbungen ist im Frühjahr 2015. Infos zum Wettbewerb gibt es bei der VR Bank Lausitz eG, die regionaler Partner dieses großen Wettbewerbs ist – oder auf der umfangreichen Projekt-Homepage unter www.fair-bringt-mehr.net.

 www.fair-bringt-mehr.net

Flohmarkt im Kolosseum



 Am Samstag, dem 7. November startet für Kinder bis 14 Jahre der Kinder- und Flohmarkt im Lübbenauer Shoppingcenter KOLOSSEUM. Beginn ist um 9 Uhr und mitmachen kann jeder, für den Stand muss nur ein Tapeziertisch oder eine Decke mitgebracht werden. Anmeldungen können im KOLOSSEUM ausgefüllt und im Blumengeschäft „Blattlaus“ abgegeben werden, sind aber auch per E-Mail an info@kolosseum-spreewald.de möglich.

 www.kolosseum-spreewald.de

Kreativ in der Kaiserkrone



 Am 21. November lädt die Kaiserkrone in Brieske zum Lausitzer Indoor-Geschenke-Markt im historischen Ambiente. Rechtzeitig vor dem Trubel der Vorweihnachtszeit können Familien hier von 11 bis 17 Uhr spannende Produkte auf der kreativen Geschenke-Meile entdecken – von duftenden Geschenken über Keramik bis zu kulinarischen Köstlichkeiten. Der Eintritt für Frauen beträgt 1 Euro, Männer zahlen 50 Cent und Kids sind frei.

 www.kaiserkrone-brieske.de

Studienkreis
Die Nachhilfe 



Jetzt
4 Stunden
GRATIS
testen!*

* 4 x 45 Minuten
als 2 Doppelstunden in der kleinen Lerngruppe.

CB, Altmarkt 20 Tel. 0355/3819814	GUB, Pestalozzi. 21 Tel. 03561/2300	HOY, Str. d. Fried. 28 Tel. 03571/402064
FOR, Cottb. Str. 35 Tel. 03562/661728	SPB, K.-Marx-Str. 8 Tel. 03563/90014	SFB, Bahnhofstr. 17 Tel. 03573/73659

Wir sind für Sie da: Mo-Do 14-17 Uhr www.studienkreis.de

handgemacht

Kreativ Markt



DaWanda
Products with Love

kreativmarkte.de

Sa. 11-18 Uhr / So. 10-17 Uhr

MESSE COTTBUS
1. Advent-WE 28./29.11.

„Vorhang auf ...“ – die große Pffiffikus-Gala

Große Bühne für kleine „Stars“ am 14. November um 16 Uhr in der Stadthalle Cottbus

 Seit nunmehr 36 Jahren kümmert sich im Cottbuser Ensemble Pffiffikus ein engagiertes Team um Kinder und Jugendliche, die gern Bühnenluft schnupfern. In den vier Sparten Tanz, Gesang, Artistik und Kabarett werden Kids und Jugendliche vom Kleinkindalter bis zum Ende der Teenagerzeit betreut. Ein besonderer Höhepunkt ist in jedem Jahr die große Gala, auf die sich das gesamte Ensemble intensiv vorbereitet. Entsprechend abwechslungsreich und farbenfroh ist das Showprogramm des Ensembles „Pffiffikus“, das am 14. November um 16 Uhr in der Stadthalle Cottbus zu erleben ist. Denn hier zeigen die „Pffiffiküsse“ aller Sparten, was sie auf dem Kasten haben und präsentieren ihre neuesten Darbietungen. Als Gäste werden zudem polnische Tänzer des Tanzsportclubs „Mega Dance“ aus Zielona-Gora auf der Bühne stehen. Auch Kinder der Spreeschule und der Europaschule Regine-Hildebrandt-Grundschule werden das Programm bereichern. Karten gibt es im Ticketservice der Stadthal-



le unter Telefon 0355 7542444. Wer beim Ensemble mitmachen will, kann sich unter Telefon 0355 522150 informieren oder auf der Homepage unter:

 www.ensemble-pffiffikus.de

Mitmach-Aktion: Mehr Obst für Kitas!



 So lautet das Motto der Initiative „Kaki hilft Kitas“, die Eltern zum Mitmachen aufruft, sich für mehr gesundes Obst in den Kindertagesstätten ihrer Kinder einzusetzen. Sowohl Studien als auch die Praxis zeigen, dass sich bei der Kita-Ernährung noch mehr tun muss. Häufig ist der Speiseplan der Kleinen zu unausgewogen und längst nicht in allen Kitas bekommen die Kinder genügend Obst.

„Per“ und „Simon“, die beiden fruchtigen Botschafter der Aktion, freuen sich deshalb schon sehr darauf, ihren Teil für eine gesündere Ernährung in Kitas beizutragen. Los geht es im November zunächst mit der spanischen Kaki-Frucht Persimon®. Insgesamt 250 Kitas können sich mit etwas Glück viele köstlich-süße und kernlose Kakis schmecken lassen. Doch die Frischeoffensive geht noch weiter: 5 Kitas gewinnen zudem über ein halbes Jahr lang wöchentlich einen frischen Obstkorb – ideal für viele gesunde Pausensnacks voller Vitamine.

Alle Eltern, die mitmachen möchten, schicken einfach Name, Adresse, Telefon, E-Mail und Ansprechpartner ihrer Kita bis zum 15. November 2015 an: kita@persimon-kaki.de

Alle Infos auch unter

 www.persimon-kaki.de/kita

Kehraus in der Energiefabrik Knappenrode

Traditionelles Familienfest mit Markttreiben und spannenden Museums-Einblicken.

 Am 15. November steht in der Energiefabrik Knappenrode das große Herbstereignis an. Zum traditionellen „Kehraus“ gibt es von 12 bis 20 Uhr ein buntes Treiben und besonders für Familien ein spannendes Programm. Auf dem Freigelände führt Madame Rosa durch die Geschichte Lausitzer Industriekultur, man kann auch bei Sonderführungen durch Sachsens größte Ofen- und Feuerstätten-sammlung „Heiß geliebt“ in fast vergessene Zeiten abtauchen und sich verzaubern lassen. Zum Kehraus wird aber auch alte Handwerkskunst präsentiert – teils zum „Selbermachen“ wie beim Schmied aus Terpe, der das Feuer schürt. Ein buntes Markttreiben hält viele Überraschungen bereit. Handgemachte Spezialitäten wie Stockbrot, Schwein am Spieß und viele andere Leckereien stillen den kleinen und den großen Hunger. Für Unterhaltung sorgt das Duo „WunderWelt“ live im Kühlhaus, mit überraschen-



Ein Fabrikfest für die ganze Familie!

dem Stimmumfang und einzigartiger Akustik-Musik. Die kleinen und großen Besucher können im Kühlhaus die Bastelstraße besuchen und ihren Lampion für den abends stattfindenden Lampionumzug basteln. Ein abwechslungsreicher Herbsttag mit vielen spannenden Erlebnissen!

 www.saechsisches-industriemuseum.com

Wolfsexkursion & Basteln



 Mitten im Lausitzer Seenland liegt das Biosphärenreservat Oberlausitzer Heide- und Teichlandschaft. In der beeindruckenden Natur gibt

es viel zu erleben, wie bei der Safari durch das Reservat, wo man Seeadler, Wolf & Co. nachspürt. Die nächste Safari findet am 14.11. schon um 6 Uhr statt und ist als Halbtagestour auch für Familien geeignet. Wer es lieber trocken und warm mag, der kann am 18.11. von 14 bis 16 Uhr zum Adventsbasteln mit Naturmaterialien in die Naturschutzstation Friedersdorf (bei Lohsa) kommen. Alle Angebote werden von erfahrenen Rangern betreut, Infos gibt es auf untenstehender Homepage – auch zu vielen weiteren Naturführungen, die individuell gebucht werden können.

 www.biosphaerenreservat-oberlausitz.de

Plinsetheater & Plätzchenduft im Spreewald

28./29. November - ab 13 Uhr - Marktplatz

Adventsmarkt mit bunten Bühnenprogrammen, Adventsshopping, Basteln mit den Weihnachtswichteln, Märchenlesungen, Spielspaß, Naschereien, Mitmachtheater, einem musikalischem Krippenspiel mit den Michaelischören und natürlich dem Weihnachtsmann

05. Dezember - 15 Uhr - Wappensaal Schloss Lübben

Figurentheater „In Kaspers Küche ist der Teufel los“ ab 4 Jahre Psst! Für die Großen um 19.30 Uhr „Rattenscharfe Weihnachten“

Spreewaldinfo Lübben Tel. 03546 3090 | www.luebben.de



LÜBBEN
Mitten im Spreewald

Großer Lese- & Ereignismonat im Lernzentrum Cottbus

Tolle Veranstaltungsangebote für kleine Bücherfreunde im Lesemonat November



Am 13.11. mit Papa nachts in die Bibio!

 www.lernzentrum-cottbus.de



Im November lädt das Cottbuser Lernzentrum samt Bibio gleich zu einigen klasse Veranstaltungen. Den Start macht am 10. November um 10 Uhr die Lesung „Sultan und Kotzbrocken“ mit Barbara Knabe, eine Geschichte vom Preis der Freundschaft für Kids ab Klasse 3. Am 13.11. dürfen Kids dann nachts von 18 bis 21 Uhr in die Bibio – aber nur mit Papa! Mit spannenden Geschichten, verrückten Spielen und kniffligen Basteleien wird der Abend für Väter und Kids der 1.-4. Klasse zum unvergesslichen Erlebnis. Am 18.11. macht dann von 14-17 Uhr der Star Wars Reads Day Station. Am 20. November wird zum Vorlesetag ab 10 Uhr eine Lesung für Kids ab Klassenstufe 2 angeboten – und den Abschluss des Lesemarathons machen am 21. November um 10 Uhr die Lesestartgeschichten und Basteleien für Dreijährige.

Bundesweiter Vorlesetag



 Jedes Jahr findet am dritten Freitag im November der bundesweite Vorlesetag statt – diesmal ist es der **20. November**. Der Vorlesetag dient dazu, Kinder für Bücher und Geschichten zu begeistern. Dabei lesen nicht nur Promis in Kitas, Horten, Buchläden und vielen anderen Einrichtungen vor, sondern auch viele Menschen, die einfach nur literaturbegeistert sind und es für wichtig halten, dies an kleine Menschen weiterzugeben. Alle Vorleser und Vorleseorte kann man auf der Aktionsseite www.vorlesetag.de einsehen, dort können sich auch weitere Vorleser melden und zur Verfügung stellen. Man kann Vorleser oder Vorleseorte suchen und sich natürlich auch in beiden Kategorien anmelden, sodass es alle sehen können.

 www.vorlesetag.de

Das Einschlafbuch



Dieses Buch eines schwedischen Psychologen und Pädagogen ist inzwischen ein sensationeller Welterfolg. Es hilft Familien, Kinder zum Einschlafen zu bringen. Die Geschichte von Konrad Kaninchen und seiner Reise zum Schlafzauberer

hilft mit Techniken des autogenen Trainings und des neuro-linguistischen Programmierens (NLP) als Vorlesegeschichte den lauschenden Kids, sich zu entspannen. Durch das langsame Vorlesen, die Betonung bestimmter Worte und das Einbauen von Gähnen und Wiederholungen begleiten Eltern ihre Kinder in einen tiefen Schlaf. Autor Carl-Johan Forssén Ehrlin testete die Techniken in Vorschulen und gab Eltern die Geschichte versuchsweise mit nach Hause, bevor er sie als Buch veröffentlichte. Inzwischen ist es weltweit ein Bestseller und viele Eltern schwören auf das Einschlafritual mit dem Kaninchen.

„Das Kaninchen, das so gerne einschlafen möchte“
Autor: Carl-Johan Forssén Ehrlin

32 Seiten, 12,99Euro (z.B. bei Hugendubel)

 www.randomhouse.de

In Kaspers Küche



Am 5. Dezember gibt es ein absolut empfehlenswertes Theaterstück für Familien mit Kids ab 4 Jahren im Wappensaal des Schloss Lübbenau. Los geht es um 15 Uhr. Im Mittelpunkt steht Kasper, dessen allerliebste Lieb-

lingspeise Omas köstliche Eierlinse sind. Heute ist wieder Eierplinssetag, aber Oma muss zum Krankenbesuch. Da kommt Kasper auf die Idee, selbst zu kochen. Das kann ja nicht so schwer sein. Aber dann kommt Herr Teufel zu Besuch. Infos und Karten für 4 Euro gibt es unter Telefon 03546 3090.

 www.luebben.de

Nikolaus auf Gut Neu Sacro



Rechtzeitig vom 30.11. bis 5.12. Stiefel abgeben!

 Das Gut Neu Sacro bei Forst wird kurz vor Nikolaus ganz sicher von unzähligen geputzten Stiefelchen bevölkert. Denn alle Schuhchen, die hier in der Woche vom 30. November bis 5. Dezember abgegeben werden, füllt der guteigene Nikolaus mit allerlei Überraschungen. Abgeholt werden können diese dann pünktlich zum Nikolaus am 6. Dezember – und Familien können diesen Ausflug gleich mit frischer Landluft sowie einem Besuch des schönen Restaurants oder des Hofladens samt Bistro verbinden. Übrigens findet am 12. Dezember wieder der Weihnachtsmarkt samt Weihnachtsbaumverkauf auf dem Gut statt. Hier kann man auch an verschiedenen Ständen stöbern und viele Dinge zum Liebhaben mit nach Hause nehmen.

 www.gut-neusacro.de



STAATSTHEATER
COTTBUS

Alles Gute, Pippi!

In wenigen Tagen wirst du 70 Jahre alt. Du hast am 26. November 1945 das Licht der Welt erblickt, in Schweden, zwischen zwei Buchdeckeln. Dein vollständiger Name lautet Pippilotta Rollgardina Viktualia Pfefferminz Efraimstochter Langstrumpf, aber den kennt kaum jemand, wohingegen Pippi Langstrumpf fast jeder auf der Welt schon einmal gehört hat. Glücklicher Weise hast du mit Neun die Zauberpille Krummel geschluckt, die gegen das Erwachsenwerden hilft. Man sieht dir deshalb dein Alter gar nicht an. Man bemerkt es auf andere Weise: Dein Vater ist heute kein „Negerkönig“ mehr, sondern ein „Südseekönig“. Das Wort „Neger“ überhaupt ist aus deinen Geschichten verschwunden, und das ist dann doch ein Zeichen dafür, dass seit deinem ersten Erscheinen in der Welt einige Zeit vergangen ist. Auch der Streit darüber, ob du eine Autonome oder eine Anarchistin bist, eine Punkerin oder eine Ikone der Frauenbewegung, hat sich gelegt. Du bist, wer du bist: eine Rotzgöre im Lumpenlook mit roten Haaren, die alle Autoritäten ignoriert; eine durch und durch sympathische Alternative zu den „braven Mädchen“ der internationalen Kinderliteratur. Und jetzt kommst du auf unsere Theaterbühne! Mit Apfelschimmel und Herrn Nilsson und der ganzen Villa Kunterbunt! Am 8. November ist es soweit: Acht Schauspielerinnen und Schauspieler des Staatstheaters gestalten rund zwanzig Figuren aus den spannendsten Langstrumpf-Geschichten. Die Titelrolle spielt Lucie Thiede und das auf eine solche Art und Weise, dass die Kinder glauben, du seiest es selbst. Pippi in Cottbus – nach 70 Jahren wurde das aber auch Zeit.



TRAUM AUS SCHAUM

Baiser-Stachelbeertorte:
frische Stachelbeeren auf
saftigem Rührteigboden
mit einer Haube aus
Baiser, dazu eine
Tasse Kaffee
– im Nov. nur 4,20 Euro

Schiller
Das Theatercafé

Traumhaft Familienwohnen

Moderner Wohnraum in den Cottbuser Meldehöfen



Alle Wohnungen unter
www.bautec-projekte.de



Gerade bei Familien mit heranwachsenden Kindern ist ein schönes Zuhause von Bedeutung. Es sorgt für den richtigen Rahmen, in dem Kinder in Geborgenheit und mit Wohlgefühl aufwachsen können. Sicher erinnert sich jeder noch genau an das Zuhause seiner Kindheit. Der Cottbuser Immobilienspezialist BAUTEK sorgt dafür, dass diese Erinnerungen für viele Cottbuser Kids garantiert zu den schönsten zählen.

Direkt im Cottbuser Zentrum und dennoch ruhig und grün gelegen entstehen unter Federführung der BAUTEK gerade traumhafte Familienwohnungen. Im Gustav-Melde-Weg, einen Steinwurf vom Staatstheater entfernt, ist in jüngster Zeit ein richtiges Wohnquartier mit einem sehr hochwertigen Umfeld entstanden. Dazu wurde das historische Gemäuer und das Umfeld der einstigen Likörfabrik Melde komplett umgekrempelt. Es sind hochwertige Lofts und vollkommen neue Wohnräume entstanden. Gerade im letzten Monat hat das Wohnquartier Meldehöfe mit dem bereits vierten Bauabschnitt und einem Neubau mit insgesamt 9 Wohnungen ein weiteres Glanzstück erhalten. Sie wurden teils als Maisonette konzipiert und bieten mit 2, 3 oder 4 Zimmern Wohnflächen zwischen ca. 69 und 140 m². Ob Dachterrasse, Log-

gia/Balkon oder gleich der eigene Stadtgarten. Vieles ist möglich. Gemeinsam haben sämtliche Wohnungen die durchdachten Grundrisse und eine bereits im Standard hochwertige Ausstattung. In den Meldehöfen kann man familienfreundliches, modernes Wohnen und entspanntes Leben in Cottbus genießen. Zukunftsweisend mit Personenaufzug; altersgerecht in barrierearmer Bauweise und energieeffizient. Ab Mitte 2016 zieht hier buntes Leben ein. Übrigens erhält das Quartier einen schönen Spielplatz, verfügt über viel Freiraum und reichlich Stellflächen trotz unmittelbarer Zentrumsnähe. Kita, Schule, Kiezbäcker oder Arzt – hier ist alles in guter Nachbarschaft. Interessierte Familien können sich jetzt über die entstehenden Wohnungen informieren und ihren Kindern traumhafte Erinnerungen sichern.

INFOS & KONTAKT

BAUTEK Beteiligungsgesellschaft mbH & Co.
Vermiet- und Service KG, Stadtring 4,
D-03042 Cottbus
Ansprechpartner für Familien: Andreas Born
Telefon: 0355 3553-200, Mobil: 0176 10259972
E-Mail: admin@bautec-projekte.de
www.bautec-projekte.de



Branitzer Park Weihnacht

28. | 29.
November
2015

auf dem Gutshof
im Fürst Pückler Park &
Schloss Branitz

Eintritt frei

Samstag | Sonntag
11 bis 19 Uhr



Indoor-Spiel-Spaß-Spezial

Tipps für Familienspaß in der kalten Jahreszeit

Auch im
Spezial unter
lausebande.de



Von wegen „goldener Herbst“, schon der Start im Oktober war verregnet und nass-kalt. Dabei ist gerade bei nachlassenden Sonnenstrahlen Bewegung für Kinder so wichtig. Zum Glück gibt es in der Lausitz auch viele Alternativen für wetterunabhängigen Familienspaß. Ob Spielplatz, Museum oder Spaßbad – wir haben auf

den folgenden Seiten 10 Tipps zusammengetragen, mit denen Familien bei schlechtem oder kaltem Wetter trotzdem jede Menge Bewegung und Spaß haben können. Planen Sie eine aktive Indoor-Saison – und lassen Sie Ihre Kids nicht vor digitalen Bildschirmmedien verdummen! Ihre Kinder werden es Ihnen danken.

Energiefabrik Knappenrode



E.-Thälmann-Str. 8
02977 Hoyerswerda/OT
Knappenrode
Tel.: 03571 6095540

Familienkarte 10 Euro
(2 Erw. + 2 Kids)
geöffnet Di-So 10-18 Uhr

Die Energiefabrik Knappenrode bietet an den Wochenenden feste Führungszeiten an. Samstags und Sonntags gibt es 11 und 15 Uhr feste Führungen durch die Fabrik. Bei diesem Fabrik-Erlebnis-Rundgang schaltet der Gästeführer einige der Maschinen an und erweckt die Fabrik zum Leben. Familien können zudem die Dauer- und Sonderausstellungen (z. B. Feuerwehrausstellung) sowie Fahrzeuge im Freigelände erleben. Für jeden Gast – ob groß oder klein – lohnt sich ein Besuch!



www.saechsisches-industriemuseum.com

ATZ Welzow



Fabrikstraße 2
03119 Welzow
Telefon: 035751 28224

Preise je nach Angebot
Ausstellung: Erw. 3/
Kids 1,50 Euro
geöffnet Nov. bis März:
Di-Fr 11 bis 16 Uhr
und nach Vereinbarung



Das ATZ ist ein spannender Ort! Ob Schnitzen, Bumerangbau, Kochen in der Vorgeschichte oder Töpfern wie in der Steinzeit – hier gibt es viele kreative Angebote für große und kleine Gruppen. Eine Auswahl ist auf der Homepage zu finden und jederzeit buchbar. Das ATZ bietet neben der interaktiven Ausstellung mit Repliken aus 12.000 Jahren Menschheitsgeschichte auch Platz und Raum für Familien-events, Weihnachtsfeiern, Jahresabschlussfeiern oder Kindergeburtstage mit archäologischem Hintergrund.



www.atz-welzow.de

Lagune Cottbus



Sielower Landstr. 19
03044 Cottbus
Telefon: 0355 49498410

Familienkarte 19 Euro
(2 Erw. und 2 Kinder,
3 h, Badelandschaft)

Öffnungszeiten Bad:
Mo-Fr 9-21 Uhr
Sa/So 10-20 Uhr

 Die Lagune Cottbus bietet den vielseitigsten Badespaß der Lausitz: u.a. mit Spaß- und Wellenbecken, Sportbahn, Sprungturm und zwei Superrutschen. Zudem verfügt die Lagune über eine große Sauna- und Wellness-Landschaft. Der Vorteil: während Kids hier Spaß beim Baden, Schwimmen oder Springen haben, finden auch Eltern Bereiche zu aktiver oder passiver Entspannung. Zudem bietet die Lagune verschiedene Kindergeburtstagspakete und macht jeden 1. Sonntag im Monat zum Familientag.

 www.lagune-cottbus.de

haberLAND Luckau



Nonnengasse 2
15926 Luckau
Telefon: 03544 4179861

Donnerstag = Familien-
tag (gilt nicht bei
Ferien/Feiertagen)
geöffnet Mi-Fr 14-18 Uhr
Sa/So/Feiertage/Ferien
10-18 Uhr

 Im haberLAND-Indoorspielplatz können sich Kinder bei jedem Wetter austoben. Ob Regenbogen-, Wellen- oder Röhrenrutsche, die große Kletteranlage, das Ballbecken oder die Trampoline – auf diesen und weiteren Attraktionen können Kids sich richtig auspowern. Für die jüngsten gibt es eine extra Kleinkindspielanlage, geeignet für Kids bis 4. Eltern oder Großeltern spielen einfach mit oder machen es sich auf den Loungesesseln bequem und genießen Kaffeespezialitäten oder kleine Speisen im Bistro.

 www.indoorspielplatz-luckau.de



Space – Die Freizeitfabrik

Bowling, Hüpfburg, Tischtennis,
Billard, Squash ... und gutes Essen!

 Das Space in der Cottbuser Parzellenstraße zählt zu den beliebten Indoor-Anbietern gerade für Familien. Die Bowlingbahnen sind kinderfreundlich und die Öffnungszeiten auch – denn im Space kann man von Sonntag bis Freitag schon ab 10 Uhr und Samstags ab 14 Uhr Familienspaß haben. Geöffnet ist immer mindestens bis Mitternacht. Zudem gibt es Space-Superangebote für Kinder(gruppen) oder Familien:

Bowling für Kitas & Schulen

1 h Bowling inkl. Schuhe nur 2 Euro/Kind
mind. 5 Kinder pro Bahn
Wochentags immer schon ab 10 Uhr möglich

Der Kinder-Bowling-Geburtstag

Das Geburtstagspaket: 8 Euro pro Kind: inkl. 1 h Bowling, Schuhe, Faßbrause 0,2 l, Essen (wahlweise Nuggets & Pommes oder Nudeln mit Tomatensoße), keine Mindestpersonenzahl!

Familienausflugstipp: aktiv mit Freunden

Mit Freunden und Kids aktiv Spaß haben: für alle gutes Essen, dann wahlweise eine Runde Squash, Billard, Tischtennis ... oder Bowling! Ab sofort steht für die Kleinsten sogar eine Hüpfburg bereit.

Kontakt für Infos und Buchungen:

Telefon 0355 4838547
Space – Die Freizeitfabrik
Parzellenstr. 10
03046 Cottbus
geöffnet So-Do 10-24 Uhr, Fr 10-2 Uhr, Sa 14-2 Uhr

 www.space-cottbus.de

Erlebnisswelt Krauschwitz



Görlitzer Straße 28
02957 Krauschwitz
Telefon 035771 61020

**sehr kinderfreundliche
Preisstaffelung!**
Mo–Fr 14–22 Uhr
Sa, So, Feiertag/Ferien
10–22 Uhr

 In der Erlebnisswelt Krauschwitz erleben Familien Badespaß pur! Ob Riesenrutsche, Strömungskanal oder viele sprudelnde Wohlfühlöasen wie der Riesenwhirlpool – hier kann man sich je nach Laune austoben oder Entspannen und Relaxen. Dazu kann auch die Sauna- und Wellness-Landschaft genutzt werden. So warten im Schrotholz-Saunahof drei verschiedene Saunen auf große und kleine Gäste. Neu ist das Solebad mit 36°C warmem Wasser und das Gradierwerk zur Sole-Inhalation.

 www.badeparadies.com

Lausitzbad Hoyerswerda



Am Gondelteich 1
02977 Hoyerswerda
Tel.: 03571 469580

Familienkarte 24 Euro
(3 h Bad, 2 Erw./2 Kids)
Öffnungszeiten siehe
Homepage

 Im Lausitzbad können sich Kinder austoben. Ob Wetrutschen im grünen Monster samt Zeitmessung, wilde Wasser im Strömungskanal oder Sprungturm – fröhlicher Badespaß ist garantiert. Eltern können im großen Becken, im Schwimmbecken oder Whirlpool entspannen. Ab Dezember gibt es hier den rundum erneuerten und besten Kleinkindbereich der Lausitz! In einer guten Gastronomie und großzügigen Wohlfühlwelten mit gleich neun Saunen findet man eine Auszeit vom hektischen Alltag.

 www.lausitzbad.de

dkw Kunstmuseum



Uferstraße/
Am Amtsteich 15
03046 Cottbus
Telefon 0355 49494040

**Erw 4 Euro/Kids bis
18 frei**
geöffnet Di-So 10-18 Uhr

 Ein Ort der Ruhe, der Kunst, der Kreativität und der Inspiration! Das dkw Kunstmuseum in Cottbus bietet seit diesem Jahr einen tollen Museumsführer extra für Kids. Sie können mit diesem kostenfreien Service das Museum auf spielerische Art und Weise selbst – oder doch gemeinsam mit den Eltern erkunden. Neben den Ausstellungen beeindruckt auch die Architektur des ehemaligen Diesellochwerks große und kleine Besucher. Für Getränke und Imbiss sorgt das Café Ölschalter.

 www.museum-dkw.de

Spreewelten



Alte Huttung 13
03222 Lübbenau
Telefon: 03542 894160

Familienkarte 24 Euro
(4 h Badewelt!)
geöffnet So-Do 9-22 Uhr,
Fr+Sa 9-23 Uhr

 Das einzige Erlebnisbad, in dem man mit Pinguinen schwimmen kann! Hier gibt es aber auch ein großes Wellenbecken, einen Strömungskanal, zwei Superrutschen, ein Solebad – und täglich um 11 und 15.30 Uhr Pinguinfütterungen, die man direkt aus dem ans Gehege angrenzenden Außenbecken beobachten kann. Auch die Spreewelten verfügen über ein vielfältiges Sauna- und Wellnessangebot, ein Bistro und das Erlebnisrestaurant Baldura.

 www.spreeweltenbad.de

Das PiPaPo Kinder-Spielparadies

Jetzt auch mit Kleinkindvormittagen und Tobenacht



Viel Platz für Kleinkinder, zum Spielen und Toben sowie für Kindergeburtstage.



Das Cottbuser PiPaPo ist der größte und bunteste Hallenspielplatz der Lausitz. Dafür wurde das ehemalige Cottbuser Erlebnisbad Splash! komplett verwandelt und bietet heute auf viel Fläche unter anderem folgende Attraktionen: Kleinkindbereich, Kletterturm, Schwarzlichttunnel, Kletterwand, Tretautos, 8er Trampolin, Labyrinth, Bolzfläche, Feldhockey, Tischballspiele: Kicker, Airhockey, Tischtennis, Lümmelecken, Kinderschminken, Geräte- und Hüpfburgverleih, und viel viel mehr. Kindergeburtstage im PiPaPo sind längst der Renner – und Familien oder Eltern können hier in gemütlichen Sitzcken oder im großen Bistro entspannen, in dem von guten Kaffeespezialitäten über kindgerechte Küche bis zu frischen und veganen Gerichten eine überraschend vielseitige Gastronomie geboten wird.

NEU: PIPAPO-KLEINKINDVORMITTAGE

- ausschließlich für Kinder bis 3 Jahren
- gerne für Tagespflegegruppen
- immer am 3. Donnerstag im Monat, die nächsten 6 Termine: 19. November und 17. Dezember 2015; 21. Januar, 18. Februar, 17. März und 21. April 2016
- Jeweils 9 bis 12 Uhr

- pro Person 2,- € Eintritt
- Anmeldung ist nicht zwingend notwendig
- Mittagessen ist möglich

PIPAPO-KINDERTOBENACHT

vom 28. zum 29. November 2015, 19 bis 9 Uhr

zeitgleich mit der Ü - 30 Party in der Stadthalle ohne Eltern „toben bis in die Nacht“

Animationen und Gruppenspiele geschlafen wird im vorderen flachen Bereich inklusive Abendessen, Mitternachtssnack, Frühstück, Getränke

mit 30,- € spaßiger und günstiger als ein Babysitter Anmeldung und Vorkasse im PiPaPo mitzubringen sind Schlafsack und Unterlage, Lieblingskuscheltier oder -kissen, Wechselsachen, Waschtasche

KONTAKT

PiPaPo Hallenspielplatz
Welzower Str. 26
03048 Cottbus
Telefon: 0355 2892037



 www.pipapo-cottbus.de

Grippeimpfung – muss das sein?

Ein Spezial zur Gripeschutzimpfung – samt Betrachtung der Impffegner.

 Bereits im Oktober hat das Erkältungswetter bei uns Einzug gehalten. Damit sollten Eltern für sich und ihre Kinder spätestens im November Vorsorge treffen, was einen entsprechenden Gripeschutz angeht. Die jährliche Impfung gehört in vielen Familien zur Gesundheitsvorsorge. Aber ist diese Impfung wirklich notwendig, oder ist sie sogar gefährlich, wie einige Impffegner meinen? Sicher helfen Ihnen die folgenden Seiten bei einer Entscheidung:

Warum ist jedes Jahr eine neue Impfung nötig?

Grippeviren sind Verwandlungskünstler – sie verändern ständig ihr „Aussehen“. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) beobachtet diesen ständigen Wandel weltweit, um abzuschätzen, welche Virus-Varianten mit hoher Wahrscheinlichkeit im nächsten Winter auftauchen werden. Daraus abgeleitet werden jedes Jahr vier Virus-Varianten empfohlen, von denen mindestens drei bei der Impfstoffherstellung berücksichtigt werden sollen. Dabei können sich von Jahr zu Jahr gewisse Änderungen ergeben. Eine jährliche Impfung ist also wichtig, um vor den in der jeweiligen Grippezeit zirkulierenden Grippeviren geschützt zu sein.

Wie wirksam ist die Impfung bei Kindern und Jugendlichen?

Die Auswertung vieler Studien hat gezeigt, dass Grippeimpfstoffe unabhängig vom Impfstofftyp bei gesunden Kindern und Jugendlichen insgesamt eine Schutzwirkung von 59 bis 75 Prozent haben. Das heißt, bis zu drei Viertel der Kinder, die ohne Impfung erkrankt wären, sind geschützt. Der Impfstoff, der als Nasenspray verabreicht wird, führt insbesondere bei Kindern bis zu sechs Jahren (mit 72 bis 83 Prozent) zu einem höheren Impfschutz als die Impfstoffe zum Spritzen.

... und bei Erwachsenen?

Gesunde Erwachsene sprechen auf die Impfung nicht ganz so gut an wie Kinder und Jugendliche. Die Schutzwirkung liegt bei ihnen zwischen 59 und 67 Prozent. Bei älteren Erwachsenen fällt die Wirksamkeit mit 41 bis 63 Prozent ebenfalls schlechter

aus als bei jüngeren Erwachsenen. Sicher ist: Durch die jährliche Grippeimpfung treten weniger schwere Grippeerkrankungen und Folgeerkrankungen (z.B. Lungenentzündungen) auf. Es werden auch weniger Menschen aufgrund einer Grippeerkrankung in Krankenhäusern behandelt. Durch die Impfung wird das individuelle Erkrankungsrisiko verringert! Neben der eigenen Gesundheit können durch die Impfung auch Personen im näheren Umfeld, die nicht geimpft werden können, geschützt werden!

Ist der Grippeimpfstoff sicher?

Jeder neue Grippeimpfstoff benötigt eine Zulassung, bevor er in Deutschland erstmals verwendet werden



Es muss nicht immer der Piks mit der Nadel sein

Für Kinder gibt es seit 2012 erstmals einen Impfstoff, der lediglich als Nasenspray verabreicht wird. Die hier am häufigsten beobachtete Nebenwirkung ist eine verstopfte Nase. Unabhängig vom Impfstoff werden vereinzelt allgemeine Reaktionen wie bei einer Erkältung beobachtet. Diese Beschwerden klingen in der Regel innerhalb weniger Tage ab.

darf. Das Zulassungsverfahren dafür ist streng reguliert und sehr komplex. In verschiedenen Studien müssen die Qualität, Wirksamkeit und Verträglichkeit des Impfstoffes belegt werden. Auch nachdem der Impfstoff erstmals zugelassen wurde, erfolgen weitere Prüfungen, um die Freigabe für den deutschen Impfstoff-Markt zu erhalten. Diese Freigabe erfolgt letztlich durch das Paul-Ehrlich-Institut (PEI). Die Verträglichkeit der Impfstoffe wird auch nach der Zulassung unter Berücksichtigung der Meldungen unerwünschter Nebenwirkungen durch das PEI weiter beobachtet und bewertet.

Welche Nebenwirkungen können nach der Impfung auftreten?

Die zugelassenen Impfstoffe sind in der Regel gut verträglich! Auch für Schwangere und das ungeborene Kind konnte in verschiedenen Studien die Sicherheit der Grippeimpfung nachgewiesen werden. Wie bei anderen Impfungen auch kann es an der Einstichstelle zu vorübergehenden Rötungen, leichten Schmerzen und Schwellungen kommen. Nach der Grippeimpfung zeigen bis zu 9 von 100 geimpften Personen Reaktionen wie bei einer Erkältung (z.B. leichtes Fieber, Muskel- oder Gliederschmerzen). Schwere Nebenwirkungen sind sehr selten.

Wann sollte nicht geimpft werden?

Da die meisten Grippeimpfstoffe in Hühnereiern hergestellt werden und somit in geringen Mengen Hühnereiweiß enthalten, sollten Menschen mit einer schweren Hühnereiweißallergie dies unbedingt ihrer Ärztin/ihrem Arzt mitteilen. Tipp: Wer ein weichgekochtes Ei problemlos essen kann, verträgt die Imp-

fung in der Regel gut. Ob geimpft werden kann, entscheidet die Ärztin oder der Arzt. Darüber hinaus gibt es auch einen Impfstoff, der für Hühnereiweißallergiker geeignet ist. Kinder und Jugendliche, deren Immunsystem geschwächt ist, die an schwerem Asthma leiden oder die mit Salicylaten (z.B. Acetylsalicylsäure) behandelt werden, sollten nicht mit dem Nasenspray geimpft werden. Liegt eine akute behandlungsbedürftige Erkrankung mit Fieber über 38,5 °C vor, sollte zu einem späteren Zeitpunkt geimpft werden.

Aber was ist mit den Argumenten der Impfgegner?

An dieser Stelle holen wir länger aus und spannen den Bogen etwas weiter und zum besseren Verständnis deutlich über die Gripeschutzimpfung hinaus: Seit der erste Impfstoff gegen Pocken eingeführt wurde, gibt es Impfskeptiker oder sogar -gegner. Zum Teil kam es schon im 19. Jahrhundert zu Demonstrationen mit über 100.000 Menschen gegen die damalige Impfpflicht gegen Pocken. Die Erfolge des Impfwesens sind heute eindrucksvoll dokumentiert: Pocken, an denen in unserem Land noch vor 100 Jahren jährlich zehntausende Kinder starben, sind weltweit ausgerottet. Während in der Bundesrepublik 1961 noch fast 4.700 Kinder an Kinderlähmung erkrankten, waren es vier Jahre später – nach Einführung der Impfung – weniger als 50. Seitdem gibt es in Deutschland keine Häufung dieser Erkrankung mehr. Ähnliche Statistiken ließen sich nach Einführung von Impfprogrammen für alle weiteren Infektionskrankheiten aufstellen. Dennoch wird immer wieder öffentlich über Impfschäden diskutiert. Eltern hören diesen Argumenten aufmerksam zu, das »

IKK BB Innungskrankenkasse Berlin und Brandenburg

Umfassender Impfschutz garantiert!

Die IKK BB zählt zu den starken regionalen Gesundheitspartnern für Lausitzer Familien. Insbesondere der Impfschutz wird umfassend unterstützt:

- alle Schutzimpfungen gemäß STIKO
- HPV-Impfung gegen Gebärmutterhalskrebs
- Gripeschutzimpfungen für alle IKK BB-Versicherten
- Reiseschutzimpfungen
- Rotaviren-Impfung für Säuglinge

Reiseimpfungen ohne Extrakosten!

Keinen Cent müssen IKK BB-Versicherte extra in die Hand nehmen, wenn vor einer geplanten Auslandsreise Reise-Schutzimpfungen gebraucht werden! Die Kosten für Schutzimpfungen bei privaten Auslandsreisen erstattet die IKK BB ihren Versicherten in voller Höhe! Das gilt sowohl für den Impfstoff als auch für die ärztliche Impfleistung. Einfach Arzt-Originalrechnung samt Reiseziel zur Erstattung einreichen. Mehr Infos unter www.ikkbb.de Stichwort „Reiseschutz“.

hat seine Gründe: Zum einen sind die Krankheitsbilder, gegen die geimpft wird, gerade aufgrund der Impfprogramme im Alltag als spürbare Gefahr kaum noch präsent. Zum anderen sind Impfungen die einzigen Maßnahmen, in denen fürsorgliche Eltern ihre Kinder bewusst mit einer Krankheit – wenn auch nur einem abgetöteten Krankheitserreger – in Berührung bringen. Durch diese Konstellation fällt Medienberichten über nachhaltige Impfschäden bei Kindern viel Gewicht zu, denn Eltern leben heute nicht mehr in einem Bedrohungsszenario mit tausenden an Masern oder Tetanus sterbenden Kindern in ihrer Umgebung. Zudem gibt es gesellschaftliche Trends zur Homöopathie oder Anthroposophie, in denen man dem Impfen skeptisch und teils klar ablehnend gegenüber steht. So sind homöopathisch ausgebildete Ärzte dem Impfen gegenüber viel aufgeschlossener

eingestellt, als Homöopathen mit anderer Ausbildung. Unter Waldorf-Eltern sind auch heute Masern-Partys keine Seltenheit, bei denen gesunde Kinder sich bei einem an Masern erkrankten Kind anstecken und so den Immunschutz auf natürlichem Weg erlangen sollen – dies unter dem deutlich höheren Risiko eines Krankheitsverlaufes mit Komplikationen. Erst im vergangenen Jahr ist in Berlin ein Kleinkind an Masern gestorben. Denn selbst in industrialisierten Ländern stirbt ein von zehntausend an Masern erkranktes Kind. Die Komplikationsrate der Impfung ist hingegen wesentlich niedriger, die nur möglicherweise durch die Impfung ausgelöste Hirnhautentzündung wird bei weniger als einer Impfung je einer Millionen Impfungen beobachtet, Todesfälle gar nicht. Damit ist aber auch klar, dass bei Impfstoffen wie bei jedem anderen Arzneimittel auch Komplikati-

Ein Pikser verhindert Krankheiten

Interview mit Stefanie Staacke, Niederlassungsleiterin AOK Nordost/Spree-Neiße



Frau Staacke, Sie sind selbst Mutter, lassen Sie Ihr Kind impfen?

Ja. Denn das Grundprinzip einer Impfung ist ein genialer Kniff, der perfekt auf die natürlichen Fähigkeiten des Körpers abgestimmt ist. Bei einer Impfung werden Körper und Immunsystem mit einem Krankheitserreger konfrontiert. Das Immunsystem aktiviert daraufhin seinen Schutzschild und bildet die passenden Antikörper. Sie bekämpfen die krank machenden Erreger, wenn der Körper später mit ihnen in Kontakt kommt, und verhindern den Ausbruch der Krankheit. Für meinen Sohn ist es nur ein kleiner unangenehmer Pikser, der vor vielen schweren Erkrankungen schützen kann.

Können Sie den Vorteil einer Impfung auf den Punkt bringen?

Der Vorteil ist, dass das Immunsystem im Ernstfall vorbereitet ist und die Bakterien- und Virenpolizei sofort arbeiten kann. Ein unvorbereitetes Immunsystem ohne Impfung muss im Fall einer Ansteckung nicht nur Antikörper bilden, sondern auch mit den Symptomen der Krankheit kämpfen.

Birgt die Impfung nicht gerade für Babys und Kleinkinder Risiken?

Ganz im Gegenteil, denn die möglichen gefährlichen Komplikationen im Krankheitsfall werden oft unterschätzt. So können Erkrankungen zu bleibenden Behinderungen führen oder sogar tödlich enden. Impfen rettet dagegen Leben. Es ist längst bewiesen, dass das Risiko eines Impfschadens stets geringer als das einer Erkrankung ist. In der Regel sind die heutigen Impfstoffe gut verträglich und können auch als Mehrfachimpfungen verabreicht werden. Ein Pik-

ser verhindert somit gleich mehrere Krankheiten. Eine Impfung kann auch Nebenwirkungen haben. Diese sind jedoch meist harmlos und beschränken sich auf Schmerzen oder Brennen an der Einstichstelle, Unwohlsein, leichtes Fieber oder grippeartige Beschwerden, die bald wieder verschwinden. Kleine Streicheleinheiten und Zuwendung helfen Kindern in diesem Moment am besten, das weiß ich auch aus eigener Erfahrung.

Informieren Sie bei der AOK zu Impfungen?

Für alle Impfungen gilt, diese am besten mit dem Hausarzt zu besprechen. Als Gesundheitskasse unterstützen wir von der AOK aber alle Impfungen, die von der Impfkommision empfohlen werden und informieren in unserer Niederlassung auch ausführlich dazu.

onen auftreten können. Sämtliche Impfschäden werden in einer Datenbank erfasst, die öffentlich auf der Internetseite des PEI eingesehen werden kann. Diese ist am schnellsten mit der Google-Suche nach „UAW-Datenbank“ zu finden.

Nebenwirkungen zu einzelnen Impfungen lassen sich im Grunde verallgemeinern, da Impfschäden oder schwere Impfkomplicationen nur sehr, sehr selten auftreten, individuelle Fälle darstellen und sich aus diesen keine allgemeine Gefährdung bzw. Empfehlung ableiten lässt. Bei modernen Impfstoffen werden leichte Impfreaktionen wie Rötung und Schwellung im Bereich der Einstichstelle oder auch leichtes Fieber beobachtet. Für die meisten Impfungen gilt inzwischen, dass vermeintliche Impfschäden kaum noch in Zusammenhang mit einer Impfung gebracht werden können. Unabhängig vom schweren Schicksal Geschädigter – heute ist klar belegt, dass Impfungen sicher und nebenwirkungsarm sind und das Risiko für Kinder ohne Impfung um ein Viel-

faches über dem der Kinder mit Impfung liegt. Ironie des Schicksals: Ausgerechnet durch die hohen Impfquoten in der Gesamtbevölkerung werden auch die Impfkritiker geschützt – und können sich so in ihren Argumenten bestätigt fühlen. Argumente von Impfgegnern gibt es viele: So sollen Impfungen im ursächlichen Zusammenhang mit gehäuften Krankheitsbildern stehen, andere Krankheiten erst hervorgerufen, wirkungslos sein oder im Interesse der Pharmaindustrie durchgeführt werden. Auf 20 der meist vorgetragenen Argumente findet man gemeinsame Antworten des RKI und PEI, einfach nach „Bedeutung von Impfungen“ googeln und gleich den ersten ausgewiesenen Link anklicken. Im Internet finden sich viele Angebote von Impfgegnern, die oft zu kostenpflichtigen Broschüren oder anderen Aufklärungsmaterialien führen. Zum Zusammenhang mit der Pharmaindustrie ist zu vermerken, dass mit Impfstoffen tatsächlich viel Umsatz gemacht wird. Das Industrie-Argument ist allerdings leicht zu ent- »



JETZT
zur **AOK**
wechseln!



AOK-Gesundheitskonto

Das Plus für Familien

Mehr Leistungsvorteile bis zu 270 Euro.

- ✓ Gesundheitskurse
- ✓ Beitrag Sportverein (bis 18 Jahre)
- ✓ Beitrag Fitnessstudio (ab 18 Jahre)
- ✓ Homöopathische Arzneimittel
- ✓ Babyschwimmen
- ✓ Hebammenrufbereitschaft

Wir sind da wenn's drauf ankommt.

Gesundheit in besten Händen

zur-aok.de/nordost

kräften: Ohne Impfen gäbe es trotz moderner Hygiene eine Vielzahl Erkrankter, deren Behandlung nicht nur das Gesundheitssystem viel teurer zu stehen käme, sondern auch den Pharmakonzernen durch Medikamente für dauerhafte Therapien noch viel mehr Geld in die Kassen spülen würde. Wer genaue Informationen zu allgemein üblichen Reaktionen sowie Komplikationen und evtl. Krankheitserscheinungen in ungeklärtem ursächlichen Zusammenhang zur jeweiligen Impfung erhalten möchte, der findet diese in der Publikation „Epidemiologisches Bulletin 25/2007“, die man ebenfalls am schnellsten per Google erhält. Kurzum: Unsere pluralistische Gesellschaft lässt Impfgegner zu, die Medien multiplizieren deren Argumente allzu oft, aber man sollte nicht auf sie hören. Das gilt auch für die Gripeschutzimpfung.

Tipps für weitere Informationen:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

 www.bzga.de

 www.impfen-info.de/grippeinfos

Robert Koch-Institut (RKI)

 www.pei.de/influenza-impfstoffe

Paul-Ehrlich-Institut (PEI)

 www.pei.de/influenza-impfstoffe

Gesundheitsplattform des Landes Brandenburg

 www.gesundheitsplattform.brandenburg.de

Schutz vor Ansteckung – ganz einfach

Zwei einfache Verhaltensregeln können zusammen mit einer Impfung das Erkrankungsrisiko an einer Grippe oder einem grippalen Effekt minimieren. Es empfiehlt sich, diese mit den Kindern zu trainieren und evtl. mit kleinen „Merkzetteln“ zu verinnerlichen:

RICHTIG NIESEN UND HUSTEN

Falsch

- Nicht ungebremst in die Luft (direkte Ansteckung anderer)
- Nicht in die Hände (indirekte Ansteckung anderer durch Übertragung)

Richtig

- Ins Taschentuch, das danach sofort entsorgt wird! (kein Taschentuch mehrmals nutzen)
- Wenn kein Taschentuch zur Hand ist, in die Armbeuge

Niesen ist ein Reflex, der durch Reizung der Nasenschleimhaut ausgelöst wird. Das Niesen entfernt Nasensekret und Fremdkörper, zu denen auch Krankheitserreger zählen. Es erfolgt explosionsartig mit bis zu 160 km/h. Auch ein kräftiger Husten erreicht hohe Geschwindigkeiten. Damit ist klar, wie stark Niesen und Husten im ungebremsten Fall verteilen, was da den Körper verlässt – und damit andere infizieren.



RICHTIG HÄNDE WASCHEN

In folgenden Situationen unbedingt Händewaschen

- vor der Essenszubereitung
- nach der Toilett
- nach Kontakt mit Tieren
- vor dem Essen
- beim nach Hause kommen

7 Schritte zu sauberen Händen

- Hände unter Wasser halten
- Hände gründlich einseifen
- gründlich die Finger-Zwischenräume und Fingerspitzen reinigen
- dann die Handrücken reinigen
- insgesamt ca. 20-30 Sekunden einseifen
- die Seife abspülen
- abschließend die Hände gründlich abtrocknen

Der Vattenfall Schul-Cup 2015/2016

Das größte Schulsportereignis der Lausitz.



Allein an den Schachwettbewerben des Vattenfall Schul-Cup haben bereits über 5.700 Schüler teilgenommen!



Mit der Saison 2015/2016 feiert der Vattenfall Schul-Cup sein rundes 10-jähriges Jubiläum. Es ist beachtlich, was der Energiedienstleister Vattenfall mit diesem Wettbewerb bewegt und für den Schulsport geleistet hat. Während sich in Berlin, der Geburtsstadt des Vattenfall Schul-Cup, die Jugendlichen in den Disziplinen Basketball und Crosslauf messen, treten die Teilnehmer in Hamburg auf ihren Rennrädern ordentlich in die Pedale. Und hier, in der Lausitz, wetteifern die Mannschaften beim Basketball miteinander und messen sich im Schach. Der Vattenfall Schul-Cup zählt heute bundesweit zu den größten regionalen Schulsportereignissen. Er wird in der Lausitz traditionell in den Disziplinen Schach und Basketball aus-

getragen. Allein die Schachwettbewerbe zählten in den vergangenen neun Austragungen über 5.700 Teilnehmer, im Basketball waren es über 4.300 Nachwuchsbasketballakrobaten.

Mit dem Schul-Cup hat Vattenfall als Partner der Region einen bedeutenden Anteil an der Entwicklung des Lausitzer Schulsports. So hat sich durch die Wett-

*Infos zum Vattenfall
Schul-Cup in der Lausitz
Mobil: 0176 62093840,
Tel.: 0355 1216140*

bewerbe ein breites Spektrum an Schach- und Basketballangeboten an vielen Schulen etabliert. Im vergangenen Jahr haben 132 Schach-Teams aus 83 Lausitzer Schulen und 39 Basketball-Teams aus 38 Lausitzer Schulen

am Wettbewerb teilgenommen. Natürlich geht es bei den Wettbewerben des Vattenfall Schul-Cup um Siege und Medaillen. Aber nicht nur! Alle Schüler, die mitmachen, erwerben sich wertvolle Eigenschaften fürs Leben. Teamfähigkeit, Kampfgeist und Fairness spielen auch außerhalb des sportlichen Wettkampfs eine wichtige Rolle und machen junge Lausitzer so fit für die Zukunft. Es gibt also für die Schüler, die Schulen und Vattenfall als Ideengeber und Veranstalter viele gute Gründe, auf dieses besondere Ereignis stolz zu sein – übrigens ein Ereignis, das die Lausitz tatsächlich über Ländergrenzen hinweg verbindet. Auch das ist ein tolles Signal an die vielen jungen Lausitzer, die mit dem Wettbewerb in Berührung kommen.



Die Termine zur Vorrunde in der Disziplin Schach:

5. November
Max Steenbeck-
Gymnasium Cottbus

12. November
Friedrich Engels-
Gymnasium Senftenberg

19. November -
Geschwister-Scholl-
Gymnasium Löbau

26. November
Friedrich-Schleiermacher-
Gymnasium Niesky

**Das Finale findet im
März 2016 statt.**

Ende November ist Anmeldeschluss für den Vattenfall Schul-Cup in der Disziplin Basketball.

Die Wahl der Sportarten für die Lausitz ist nicht zufällig getroffen worden. Schach, das königliche Spiel, ist das populärste Brettspiel in Europa. Es steht wie kaum ein anderes Spiel für strategisches Denken. Basketball ist eine moderne, schnelle Sportart, bei der es auf das Zusammenspiel in der Mannschaft ankommt. Kommunikation und Menschenkenntnis sind unabdingbar. Wer sich hier behaupten will, muss Situationen schnell einschätzen und darauf reagieren können. Flexibilität ist ebenso wichtig wie Ausdauer. In beiden Disziplinen treten die jungen Sportler in ihrer Freizeit neben Schule und privaten Aktivitäten im Vattenfall Schul-Cup an. Unermüdlich bereiten sie sich auf die Wettbewerbe vor und nehmen oftmals schon seit vielen Jahren teil.

In Brandenburg und Sachsen spielen heute mehr als 2.500 Schüler in verschiedenen Vereinen Basketball. Fast 2.000 Schüler zählen zu den aktiven Schachspielern. Der Vattenfall Schul-Cup Lausitz ist die perfekte Gelegenheit, einander kennenzulernen und zu zeigen, was in jedem einzelnen steckt. Aber vor allem ist er mit jeder Menge Spaß verbunden.

Disziplin Schach

Hier haben sich alle Teams bereits beworben. Nun geht es in die regionalen Vorrunden, in denen sich die besten Mannschaften der jeweiligen Wettkampfklasse eines Standortes für das Finale qualifizieren können. Die Vorrunden finden immer donnerstags ab 14 Uhr statt.

Disziplin Basketball

Die Bewerbungsfrist im Basketball läuft noch bis Ende November. Hier starten die Vorrunden zum Jahresbeginn 2016 und das Finale findet dann im April bzw. Mai 2016 statt. Teams können sich also jetzt noch bewerben!

Infos zu den Bewerbungen und zum Schulcup gibt es unter Telefon 0355 1216140, mobil unter 0176 62093840 sowie unter www.vattenfall.de/schulcup.



Jetzt Teams zur
Disziplin Basketball
anmelden!

 vattenfall.de/schulcup



Weihnachtsoasen für Lausebanden

Der Überblick regionaler Weihnachtsmärkte mit
einigen besonderen Empfehlungen



Die weihnachtliche Vorfreude ist bei vielen Familien durch regelmäßige Ausflüge auf den Weihnachtsmarkt geprägt. Der Duft und Geschmack von Lebkuchenherzen, gebrannten Mandeln oder kandierten Äpfeln ist für Kinder ein Begleiter der erwartungsfrohen Zeit, wie für Eltern die vorweihnachtliche Romantik und der ein oder andere Glühwein. Wir geben einen Überblick mit einigen ausführlicheren Tipps zu Weihnachtsmärkten, die wir Familien gern empfehlen wollen:

Cottbus: 25.11.-23.12

(Innenstadt)

Dresdner Striezelmarkt:

26.11.-24.12. (Altmarkt)

Beeskow: 27.11.-29.11.

(Marktplatz)

Lauchhammer: 27.11.-29.11.

(Dietrich-Heßmer-Platz)

Lübben: 28.11. - 29.11.

(Marktplatz)

Bautzen: 27.11. - 20.12.

(Marktplatz)

Müllrose: 28.11. (Innenstadt)

Heinersbrück: 28.11.

(vor dem Gemeindezentrum)

Cottbus-Branitz: 28.11. - 29.11.

(Branitzer Park Cottbus)

Schwepnitz: 28.11. - 29.11.

(Marktplatz)

Lübbenauer Spreewaldweihnacht: 28.11. - 29.11.

(Großer Spreewaldhafen/Freilandmuseum Lehde)

Vetschau: 28.11.-29.11.

(Schlosspark)

Gehren: 28.11.-29.11.

(Schlossruine)

Baruth OT Glashütte:

28.11. - 29.11.

(Museumsdorf Baruther Glashütte)

Spargel- und Erlebnishof

Klaistow: 28.11. - 23.12.

Senftenberg OT Sedlitz: 29.11.

(Kirchpark der evang. Kirche)

Dörrwalde 29.11.

(Dörrwalder Mühle)

Schwarzkolm: 29.11.

(Dorfplatz)

Straupitz: 29.11.

(zwischen dem Speicher und der kleinen Kahnfahrt)

Kinderweihnachtsmarkt Senftenberg OT Brieske: 29.11.

(Kaiserkrone Brieske)

Romantischer Weihnachtsmarkt Weißwasser: 3.12.-6.12.

(Marktplatz)

Görlitzer Christkindelmarkt:

4.12. - 20.12.

(Untermarkt Görlitz)

Luckau: 5.12. (Marktplatz)

Tauer: 5.12. (Gemeindehaus)

Schipkau: 5.12.

(Marktplatz)

Großbräschen: 5.12.-6.12

(Marktplatz)

Burg/Spreewald : 6.12.-7.12.

(Festplatz)

Calau: 5.12.-6.12.

(Marktplatz)

Neuzelle: 5.12. - 6.12.

(Kloster Neuzelle)

Doberlug Kirchhain: 5.2.-6.12.

(Schloss Doberlug)

Senftenberg OT Hosena: 6.12.

(Schulhof der

Lindengrundschule)

Luckenwalder Märchenweihnachtsmarkt: 10.12.-13.12.

(Marktplatz)

Forst: 11.12.-13.12.

(Stadtkirche St. Nikolai)

Hoyerswerda: 11.12.-13.12.

(Markt)

Peitz: 11.12. - 13.12.

(Marktplatz)

Spremberg: 11.12.-13.12.

(Innenstadt)

Spremberger Lichterfest:

(Jeden Adventssamstag)

Goßen: 12.12.

(Marktplatz)

Welzow: 12.12. (Platz am

excursio Besucherzentrum)

Lübbenau: 12.12. - 13.12.

(Kirchplatz)

Strehla: 12.12. - 13.12.

(Schloss Strehla)

Guben: 12.12. - 13.12.

(Friedrich-Wilke Platz)

Märchenhafter Weihnachtsmarkt Senftenberg: 13.12.

(Festung Schloss Senftenberg)

Löbau: 17.12. - 20.12.

(Marktplatz)

Burg Beeskow: 19.12. - 20.12.



Vorfreude im Spreewald

Weihnachtsmarkt in Lübben

Am 28. und 29. November wird auf dem Marktplatz in Lübben Spreewald-Weihnacht gefeiert. Liebevoll gestaltete Stände und Hütten laden zum Schlendern, Geschenkekaufen und Schlemmen. Am Samstag und Sonntag können Kids in der Engelwerkstatt von 10 bis 18 Uhr Weihnachtswichtel und Geschenke für die Eltern basteln, die wiederum an beiden Tagen bis 18 Uhr shoppen können. Am Samstag werden auch Kutschfahrten und Ponyreiten angeboten, der Weihnachtsmann kommt vorbei und es gibt ein buntes Programm mit Märchen, Zauberei und Theater. Der Sonntag setzt mit Revue, Tanzshow und vielem mehr noch eins drauf.



28.-29.11.
10-18 Uhr

Auf zum Weihnachtsmarkt nach Lübben!

www.luebben.de

Branitzer Park Weihnacht

Ein Weihnachtsmärchen in Pücklers Park

28.-29.11.
11-19 Uhr



Branitzer Park Weihnacht
Park & Schloss Branitz

Ein traumhafter Weihnachtsmarkt für Familien

Endlich ein klasse Familien-Weihnachtsmarkt in Cottbus! Die Branitzer Park Weihnacht wird dank neuer Federführung durch die Cottbuserin Rica Neels ein wahres Familienfest, und das sogar bei freiem Eintritt!

Fürst Pückler liebte die Vorweihnachtszeit mit ihren Heimlichkeiten und Überraschungen. Diese Tradition greift nun die Branitzer Park Weihnacht am ersten Adventswochenende auf. Der Adventsmarkt wird den Geist des Fürsten spiegeln – in Gestaltung und Auswahl der Stände, vom weihnachtlichen

Schmuck des Gutshofes bis hin zu den Düften aus den Spezialitätenständen. Aber mehr noch soll er Anziehungspunkt für Familien und Kinder sein, mit einem abwechslungsreichen Familienprogramm und vielen Angeboten – und somit zu einem wahren Volksfest geraten, wie es Pückler gefallen hätte und wie er diese seinerzeit oftmals auf seinem Gelände für das Volk ausgerichtet hat. Zu erleben sind ca. 40 Stände mit liebevoller Gestaltung, eine zauberhafte Ausleuchtung des Geländes sowie ein Bühnenprogramm für die ganze Familie. Es gibt ein Nostalgiekarussell und Mitmachangebote für Kinder – Korkarmbrustschießen, Lagerfeuer, Stockbrotgrillen u.v.m.

Beim Besuch des Weihnachtsmanns mit Kutsche und Rentieren werden Kinderaugen strahlen. Gemeinsam mit ihm geht es auf eine romantische Lampionwanderung durch den Branitzer Park (ein besonderes Erlebnis für Kids). Und das gibt es selten: Gemeinsames Singen am Schloss. Es wird für sangesfreudige Besucher etwas Besonderes und für die Zuhörer allemal. Mit dem Verkauf eines besonderen Backwerks wird die Branitzer Park Weihnacht unterstützt. Und nochmal: Der Eintritt ist frei. Die Branitzer Park Weihnacht hat an beiden Tagen von 11 bis 19 Uhr geöffnet.

Einmal mehr, doch diesmal anders: HEIDI – der Familienfilm des Jahres!

Foto: © Studiocanal / Walter Wehner



Bei den Dreharbeiten: v.l.n.r. Regisseur Alain Gspöner, Quirin Agrippi (Geissenpeter), Bruno Ganz (Almöhi) und Anuk Steffen (Heidi)



Eine Inhaltsangabe des Films zu liefern, erscheint beinahe überflüssig. Fast jeder kennt irgendeine Fassung von Heidi. Nun hat sich ein schweizerisch-deutsches Filmemacherteam an eine neue Spielfilmfassung gewagt. Hochkarätig besetzt (unter anderem mit Schauspiellegende Bruno Ganz als Almöhi) kommt sie am 10. Dezember in die Kinos.

Drei Fragen an Regisseur Alain Gspöner:

Für heutige Kinder, die täglich mit elektronischen Medien umgehen und beinahe schon nach Terminkalendern leben, erscheint das Leben der Menschen vor etwa 150 Jahren unglaublich weit weg. Was glauben Sie, werden heutige Kinder von ihrem Kinobesuch für sich mitnehmen? Das Leben ist sicher komplett anders als vor 150 Jahren. Aber die Konflikte sind durchaus ähnlich. Das Gefühl verlassen zu werden und nicht zu wissen, wo man hingehört, ist heute noch genauso präsent wie seinerzeit. Ob es um ein Scheidungskind geht oder um ein Waisenkind, was heute durch die veränderte Sterblichkeit sicher seltener ist, sind doch ähnliche Konflikte und ähnliche Gefühle im Spiel. So ist die Geschichte durchaus aktuell.

Worin liegt für Sie die universelle Botschaft des Films an Kinder und Erwachsene? Die universelle Botschaft ist, dass jeder Mensch einen – seinen – Ort suchen und für sich finden muss; einen Ort, an dem er sich wohl fühlt. Und das ist für jeden Menschen und jede

Figur des Films ein anderer und etwas anderes. Für Heidi ist es, dort oben in den Bergen zu sein. Sebastian beispielsweise, der Diener in unserem Film, der liebt es, Diener zu sein und in der Stadt in diesem Haus zu leben. Alle können glücklich werden, wenn sie einen Ort für sich finden, wo sie mit sich im Reinen sind.

Auch „Lernen“ ist ja ein zentrales Thema der Geschichte von Heidi. Was haben Sie während der Arbeiten an dem Film gelernt? Ich habe gelernt, wie unterschiedlich Kinder, Menschen überhaupt, sind und wie sehr man auf die Individualität jedes Menschen eingehen muss ... und dass man diesbezüglich eigentlich alles, was man gelernt hat, immer wieder über den Haufen werfen muss, um weiter zu kommen.

Heidi

*Nach den Romanen von Johanna Spyri, FSK 0
Prädikat besonders wertvoll
der DeutschenFilm- und Medienbewertung (FBW)
Regie: Alain Gspöner
Drehbuch: Petra Volpe
Darsteller: Anuk Steffen (Heidi), Bruno Ganz (Almöhi), Isabelle Ottmann, Quirin Agrippi, Katharina Schüttler, Hannelore Hoger, Maxim Mehmet, Peter Lohmeyer, Jella Haase, u. v. a.*



www.heidi.studiocanal.de



www.facebook.com/heidi.film

WUFF: Winterferien mit Huskys

Das einzigartige Feriencamp in der Niederlausitz!



Vom 31. Januar bis zum 7. Februar 2016 haben kleine und größere Hundefreunde im Alter von 10 bis 15 Jahren die Chance auf das ganz große Abenteuer: sie können erstmals in einem weit und breit einzigartigen Feriencamp die sagenhafte Welt der Huskys hautnah kennen und lieben lernen! Der Musher (Hunde-Führer) Daniel macht es möglich. Auf die Feriencamper warten Siberian Huskys, Malamut & Alaska Huskys, mit denen gemeinsam ganz besondere Tage in der E.C.A.-Erlebnisswelt mitten im Lausitzer Seenland verbracht werden. Diese Zeit wird ganz sicher unvergesslich! Auf dem Programm stehen verschiedene tolle Aktionen wie Pflege, Trekking, Geschicklichkeits-Training sowie das individuelle Zusammensein. Jeder übernimmt Verantwortung, ob für die tägliche Fütterung, das Wohlergehen der Hunde oder den gemeinsamen Spaß. Während die Huskys im E.C.A.-Erlebniscamp „Ökotanien“ schlafen, werden alle Feriencamper in der modernisierten „E.C.A. Villa Lausitz“ (nur 500 Meter fußläufig entfernt) untergebracht. Mahlzeiten werden gemeinsam zubereitet und in der Freizeit spannende Geschichten und Tatsachen über Huskys erzählt und gelernt. Außerdem lernen die Kids während der gesamten Husky-Ferien viele Outdoor- & Survival-Tricks rund um das „Draußen-Sein“.

☎ service@eca-annahuette.de

☎ www.eca-annahuette.de

DEIN HUSKY – DEINE WOCHE

Datum: 31.1. bis 7.2.2016

Ort: E.C.A.-Erlebnisswelt Ökotanien, Niederlausitz

DAS FERIENCAMP IN KURZFORM

Kennenlernen Nordischer Hunde/Huskys (artgerechter Umgang und Begegnung, Pflege, Trekking, Gespannfahren, Geschicklichkeitstraining)
Outdoor- & Survival-Praktiken
Tagestouren zu Fuß & mit dem Trainingswagen
gesellige Zeit in einer tollen Gemeinschaft

VERPFLEGUNG

Vollverpflegung als Kombination aus Selbstorganisation und einer bereitgestellten warmen Mahlzeit je Tag, Veganer und Vegetarier sind herzlich willkommen. Unverträglichkeiten werden berücksichtigt.

KLASSE PÄDAGOGIK

Selbstverständnis siehe www.eca-annahuette.de

DER SONDERPREIS: 395 EUR P.P.

E.C.A. Sonderpreis: EUR 395,00 p.P. (all inclusive), bei Buchung bis 15.11.2015 zusätzlich 10 % Rabatt!
ACHTUNG: Die Anzahl der Plätze ist begrenzt und die Nachfrage hoch, also schnell entscheiden!

Infos und Buchungen unter:

Erlebnis Chance Abenteuer - Servicebüro | E.C.A. Villa Lausitz
Ernst-Thälmann-Straße 6 | 01994 Schipkau-OT Annahütte
Montag-Freitag (09:00 Uhr -18:00 Uhr)
Tel.: 035754-730114



*Drei Dinge sind uns aus dem Paradies geblieben:
Sterne, Blumen und Kinder.*

**Dante Alighieri (1265 - 1321), italienischer Dichter und Philosoph;
gilt als bedeutendster Dichter des europäischen Mittelalters,**

Redaktion: Anett Linke

8 auf einen Streich!

Vom bunten Leben in kinderreichen Familien.



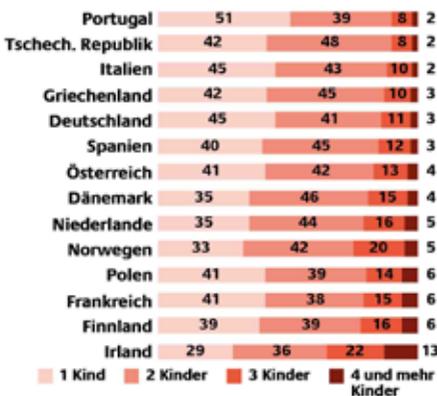
In einigen Wochen erwarten mein Mann und ich unser drittes Kind. Anders als bei den ersten beiden Kindern, wurden wir dieses Mal – kaum dass der Bauch sichtbar wurde – oft gefragt: „War das geplant?“ Ja! Mit dem dritten Kind hat kaum einer gerechnet. Wer sich für mehr als zwei Kinder entscheidet, wird zum Exoten, fällt aus dem Rahmen. Das klassische Bild von der Zwei-Kind-Familie ist in Deutschland sehr verbreitet. Kein Wunder, wie die Zahlen belegen: Nur zwölf Prozent aller Familien haben drei oder mehr Kinder und gehören damit zu einer Minderheit. Das war nicht immer so. Vor etwa 100 Jahren war es normal, drei, vier oder fünf Kinder zu haben. Im Laufe des 20. Jahrhunderts sank die durchschnittliche Kinderzahl. Die Frauenbewegung und die Pille hatten daran einen nicht unerheblichen Anteil. Frauen konnten und wollten zunehmend selbst entscheiden, ob und wie viele Kinder sie haben. Zudem bekommen Frauen heute immer später ihr erstes Kind. Wer mit 30 zum ersten Mal Mutter wird, dem fehlt meist einfach die Zeit, noch drei weitere Kinder in die Welt zu setzen. Das gilt nicht

nur für Deutschland, auch in anderen europäischen Staaten, in Nordamerika, Asien und Nordafrika ist die Kinderzahl in den letzten 100 Jahren auffallend zurückgegangen.

Während also die Entwicklung weltweit ähnlich verläuft, so ist doch der Begriff „kinderreich“ eine deutsche Besonderheit. Während man in England von „large families“ und in Frankreich von „familles nombreuses“ spricht, also von Groß- bzw. Mehrkindfamilien, hat sich in Deutschland bis heute der Begriff „Kinderreichtum“ gehalten. In den Jahrhunderten vor 1900 galten viele Kinder tatsächlich als wirtschaftlicher Reichtum – Kinder trugen zum Familieneinkommen bei und waren eine Art Altersvorsorge. Seit Kinderarbeit verboten ist, eine staatliche Rente auch Kinderlose absichert und Eltern durch Verhütung ihre Familie planen können, ist Kinderreichtum aus der Mode. Viele Kinder gelten als Armutsrisiko. Tatsächlich finden sich unter den Mehrkindfamilien überdurchschnittlich viele Hartz-IV-Empfänger, aber auch auffallend viele Wohlhabende. Großfamilien sind ebenso verschieden wie Kinder selbst. Die typische kinderreiche Familie gibt es nicht. Zumindest zeigen die Statistiken bestimmte Tendenzen auf: Menschen, die sich für das Familienmodell „2plus“ entscheiden, haben häufiger als der Durchschnitt einen Migrationshintergrund, sind eher religiös gebunden, leben eher in den westdeutschen Bundesländern und zählen überdurchschnittlich oft zu den Besserverdienenden oder aber zur Unterschicht. Der Familienforscher Bernd Eggen macht drei Typen kinderreicher Familien aus:

- Familien mit überdurchschnittlicher Bildung und Verdienst. Sie kommen häufig selbst aus kinderreichen Familien, sind eher religiös und leben eher auf dem Land
- Familien in prekärer wirtschaftlicher Situation, bei denen beide Eltern keinen Schulabschluss haben, nicht arbeiten und die stark vom Staat unterstützt werden.
- Familien mit Migrationshintergrund und starker Verbundenheit zu Heimat und Glaube. »

Zahl der Kinder in der Familie in ausgewählten europäischen Staaten 2001 bei Ehepaaren



Ebenso zeigt sich ein Ost-West-Gefälle: In Ostdeutschland haben 7 Prozent aller Familien mindestens drei Kinder, in Westdeutschland 13 Prozent. Schaut man auf andere europäische Staaten, fällt auf, dass die Großfamilie in Deutschland weniger stark verbreitet ist. Den 12 Prozent kinderreichen Familien stehen 35 Prozent in Irland, 22 Prozent in Norwegen und 21 Prozent in Frankreich (Erhebung von 2005) gegenüber.

Gründe für und gegen eine Großfamilie

Es gibt in Deutschland etwa 900.000 kinderreiche Familien. Warum haben sie sich für eine Großfamilie entschieden? Und warum sagen so viele Paare nach dem zweiten Kind: Jetzt ist Schluss. Befragt man Großfamilien, warum sie sich für mehr als zwei Kinder entschieden haben, sagen sie oft: (Viele) Kinder bereichern das Leben, machen den Alltag lebendiger, das Leben bunter. Manche sind selbst mit vielen Geschwistern aufgewachsen und haben dies schätzen gelernt, andere waren Einzelkinder und wollten ihre Kinder anders aufwachsen sehen. In jedem Fall sehen diese Familien Kinder an sich als hohen Wert. In der Regel sind sich beide Partner einig, dass sie viele Kinder möchten. Allerdings gilt auch: Je höher die Kinderzahl, desto eher hatte zumindest ein Partner Bedenken gegen das jüngste Kind gezeigt. Bemerkenswert: Hat ein Paar zwei Mädchen oder zwei Jungen, ist die Wahrscheinlichkeit höher, dass es sich noch für ein drittes Kind entscheidet. Die Entscheidung für oder gegen eine Großfamilie fällt in der Regel frühzeitig. Frauen mit vielen Kindern fangen durchschnittlich ein Jahr eher an mit der Familiengründung als Frauen mit einem oder zwei Kindern, sie sind bei der Geburt ihres ersten Kindes im Schnitt 27 Jahre alt.

Das hat auch rein körperlich Vorteile: Jede Schwangerschaft bedeutet für den Körper eine Belastung, manche Frauen stecken das besser weg, andere leiden unter typischen Schwangerschaftsbeschwerden. Das Bindegewebe, Bänder und Sehnen werden nachgiebiger, um die Geburt zu erleichtern. Der Beckenboden braucht nach vier Schwangerschaften ein intensiveres Training als nach einer. Wer viele Kinder plant, sollte von Beginn an versuchen eine natürliche Geburt zu ermöglichen. Jeder Kaiserschnitt hinterlässt eine Narbe in der

Gebärmutter, die bei weiteren Schwangerschaften und Geburten zu Risiken führen kann. Wer viele Kinder hat, bekommt diese oft in einem kurzen Abstand und fällt fast automatisch in die Kategorie „Risikoschwangerschaft“. Manchmal empfinden Frauen die Schwangerschaft mit dem dritten oder vierten Kind einfach als anstrengender, weil die Kinder zu Hause nicht mehr so viel Zeit für Ruhe und Entspannung lassen. Viele Schwangere sind oft müde. Wenn dann noch ein Kleinkind zu Hause ist, das auch nachts gelegentlich Zuwendung braucht, kann Schlafmangel ein Problem werden. Nichtsdestotrotz ist jede Schwangerschaft auf Neue ein Wunder und für die größeren Geschwister durchaus spannend. Je älter sie sind, desto besser begreifen sie, warum Mamas Bauch immer runder wird und was auf sie zukommt: (noch) ein Geschwisterchen.

Zur Rolle der Geschwister

Kinder in kinderreichen Familien wachsen mit mindestens zwei Geschwistern auf. Das tut ihnen gut, wie Interviews und Studien zeigen. Kinder aus Großfamilien entwickeln soziale Kompetenzen. Sie lernen Rücksicht auf die jüngeren Geschwister zu nehmen, ihnen zu helfen, mit ihnen zu teilen, sie lernen nachzugeben und auch sich durchzusetzen. Sie werden früher als in anderen Familien in den Haushalt miteinbezogen, um die Eltern zu entlasten. Sie haben fast immer jemanden zum Spielen aber auch Streiten. Sie werden früher selbständig. Auch den Eltern gelingt das Loslassen – gezwun-



Georg Heinsius von Mayenburg- Grundschule

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

genermaßen – besser als bei nur einem Kind. Gleichwohl ist nicht jedes Einzelkind rücksichtslos und egoistisch. Gerade wenn es viel Kontakt zu Gleichaltrigen hat, kann das mögliche Nachteile ausgleichen. Eltern mit vielen Kindern stehen immer wieder vor der Frage: Wie werde ich jedem Kind gerecht? Wie kann ich meine Zeit und Liebe gerecht auf alle Kinder aufteilen? Oft geben sie sich besonders Mühe, auf die Bedürfnisse und die Entwicklung jedes Einzelnen zu achten, jedem Kind auch exklusive Mama- oder Papa-Zeit zu gewähren. Gerechtigkeit gegenüber jedem Kind ist dabei kaum zu erreichen – schon gar nicht aus Sicht des Kindes. Das Ältere darf vielleicht länger aufbleiben, muss aber mehr im Haushalt helfen.

Partnerschaft und Großfamilie

So wie die Eltern versuchen, auf die Bedürfnisse jedes einzelnen Kindes einzugehen – sollten sie unbedingt auf ihre eigenen Bedürfnisse achten. Da viele Kinder nicht nur viel Freude machen sondern auch viel Arbeit, bleibt den Eltern kaum Zeit für sich selbst oder für sich als Paar. Gespräche drehen sich allzu oft um die Sorgen und Nöte der Kleinen. Gerade wenn der Nachwuchs noch jünger ist, bleibt Zweisamkeit auf der Strecke. Ein Candle-Light-Dinner oder ein Kinobesuch zu zweit? Die Wahrscheinlichkeit dafür sinkt mit jedem Kind. Das macht diese Paare aber keineswegs unzufriedener. Sie finden ihr Glück ihr Zuhause, die Kinder bringen genug Abwechslung. Sie verbringen gern und bewusst viel Zeit in Familie, sei es bei den Mahlzeiten oder an den Wochenenden. Und irgendwann bleibt ihnen auch wieder mehr Zeit für sich. Paare mit vielen Kindern haben stabilere Beziehungen als andere. Sie sind öfter verheiratet und empfinden ihre Beziehung überdurchschnittlich oft als glücklich.

Das gilt im Übrigen trotzdem oder obwohl in kinderreichen Familien oft die klassische Rollenverteilung gelebt wird: Der Vater verdient den Lebensunterhalt, fast immer in Vollzeit, die Mutter kümmert sich um Kinder und Haushalt. Je mehr Kinder eine Familie hat, desto wahrscheinlicher ist es, dass die Frau zu Hause bleibt und ihren Beruf zumindest für einige Zeit auf Eis legt. Wer viele Kinder hat, wird kaum einen Arbeitgeber und auch kaum die Zeit und Kraft finden, nebenbei Teilzeit oder gar Vollzeit zu arbeiten. Viele Babypausen und viele Kind-Krank-Tage sind schwer mit einem Arbeitgeber zu vereinbaren. Daher entscheiden sich die Frauen ganz bewusst dafür, für einige Jahre zu Hause zu bleiben und für die Kinder da zu sein: Nur 40 Prozent der Frauen mit vier oder mehr Kindern gehen arbeiten. Drei von vier dieser Frauen arbeitet Teilzeit. Frauen in freien Berufen oder im öffentlichen Dienst haben es dabei einfacher, Beruf und Familie zu vereinbaren. Sobald das jüngste Kind in die Vorschule oder Schule kommt, gehen deutlich mehr Frauen wieder arbeiten.

Kinderreichtum = Kinderarmut?

Das heißt: Für lange Zeit fällt ein Einkommen weg, der Mann ist Alleinverdiener. Gleichzeitig steigen mit jedem weiteren Kind die Kosten. Aus diesem Grund rutschen viele kinderreiche Familien in die »



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

Ihr Ansprechpartner:

Frau Madlen Schwarz

T. 03573/367599-11

E. madlen.schwarz@schlausitz.de

Interessentenbögen finden Sie

unter: www.schlausitz.de



Armutsfalle. Dann führt Kinderreichtum zu Kinderarmut. Besonders armutsgefährdet sind Alleinerziehende, was allerdings auch bei weniger als drei Kindern gilt. 12 Prozent der kinderreichen Familien sind auf staatliche Leistungen, wie Sozialhilfe oder Arbeitslosengeld angewiesen, aber nur 7 Prozent der Zwei-Kind-Familien. In kinderreichen Familien haben 32 Prozent der Mütter und 22 Prozent der Väter keinen Berufsabschluss. Wenn beide Partner berufstätig waren, fällt ab dem dritten Kind meist ein Einkommen teils oder für eine bestimmte Zeit ganz weg. Das ändert sich erst wieder, wenn die Kinder größer und selbständiger werden. Ein weiterer entscheidender Grund für die Armutsfalle Kinderreichtum: Kinder kosten Geld.

Die meisten Paare sind sich darüber im Klaren, dass sie mit weniger Geld auskommen müssen, wenn sie sich für eine Großfamilie entscheiden. Den geringeren Lebensstandard nehmen sie gern in Kauf – für mehr Lebensfreude. Neben den alltäglichen Konsumausgaben für Essen und Kleidung, kommen ab dem dritten Kind deutlich höhere Ausgaben für Wohnen und Auto hinzu. Kinderreiche Familien brauchen große Wohnungen oder Häuser. Die sind zum einen schwer zu finden und zum anderen teuer. Während bei Ein-Kind-Familien im Schnitt jedem Familienmitglied 52 qm Wohnfläche zur Verfügung stehen, sind es bei Familien mit vier Kindern 43 qm. Je größer die Familie, desto seltener fällt die Entscheidung für die eigenen vier Wände. Große Häuser sind schlicht zu teuer oder schwer zu finden, zudem brauchen Paare kaum mehr so viel Platz, wenn die Kinder aus dem Haus sind.

Kinderreiche Familien brauchen zudem größere Autos. Drei Kindersitze auf der Rücksitzbank eines klassischen Kombis unterzukriegen, ist eine Herausforderung. Spätestens ab Kind Nummer vier braucht es eine neue Familienkutsche. Idealerweise hat sie ein, zwei Plätze in Reserve, falls mal Freunde der Kinder mitfahren wollen. Wer ganz auf ein Auto verzichten möchte oder muss, steht mit vielen Kindern vor einer logistischen Mammutaufgabe, gerade in ländlichen Regionen oder wenn der Urlaub ansteht. Zugfahrten oder Flugreisen mit kleinen Kindern sind oft turbulent – für die Eltern, aber auch für die anderen Reisenden. Wer sich trotz vieler Kinder Urlaub leisten kann, muss tief in den Geldbeutel greifen. Fern- und Pauschalreisen

rechnen meist nur zwei Kinder mit, das dritte zahlt deutlich drauf. Großfamilien kommen günstiger, wenn sie in Ferienwohnung oder auf Bauernhöfen übernachten und ihren Urlaub individuell planen und buchen. So lassen sich bei der Wahl des Urlaubsorts und der Ausflüge auch die Bedürfnisse aller Familienmitglieder unter einen Hut bringen. Auf Ausflügen – sei es im Urlaub oder zu Hause – ärgern sich Großfamilien über die Familienkarten: Oft sind diese auf zwei oder drei Kinder beschränkt. Kaum ein Museum oder Schwimmbad rechnet damit, dass auch mal eine achtköpfige Familie vor der Tür stehen könnte. Dabei ließe sich an dieser Stelle mit geringem Aufwand eine starke finanzielle Entlastung und vor allem Wertschätzung für Großfamilien erreichen.

Nicht nur die gemeinsamen Wochenend-Ausflüge belasten die Familienkasse, spätestens mit der Schule und den Wandertagen dort werden auch die Kinder teuer. Bei den Kleinen halten sich die Kosten noch im Rahmen. Sie brauchen zwar viele Windeln, Kleidung, Spielzeug und Kinderwagen sind aber noch von den Geschwistern da. Die meisten Kitas bieten in der Gebührenordnung Rabatte für Geschwisterkinder an. Eintritt in den Zoo oder ins Museum fällt für Kleinkinder oft noch nicht an. Und bis zum 6. Lebensjahr dürfen Kinder in den meisten Bussen und Bahnen kostenfrei mitfahren. Spätestens ab der Schule steigen die Ausgaben für Großfamilien deutlich. Zu den Mehrausgaben für Essen und Kleidung kommen nun Schulsachen, Klassenfahrten, Eintrittsgelder, Taschengeld, Handykosten, Hobbys, Mitgliedschaften in der Musikschule oder im Sportverein sind nicht preiswert und machen bei vielen Kindern einen großen Posten aus. Die finanzielle Unterstützung durch den Staat kann diese Mehrkosten nur bedingt ausgleichen.

Die wichtigsten familienpolitischen Leistungen in Deutschland im Überblick:

Kindergeld: Seit Jahresbeginn gibt es für das erste und zweite Kind monatlich 188 Euro, für das dritte Kind 194 Euro und für jedes weitere 219 Euro. 2016 werden die Beträge erneut um jeweils 2 Euro angehoben.

Elterngeld: Der Staat zahlt Eltern, die ihr Kind in den ersten 14 Monaten selbst zu Hause betreuen ei-

nen anteiligen Lohnausgleich, der etwa zwei Drittel des vorhergehenden Nettoeinkommens beträgt. Neu seit dem Sommer ist das ElterngeldPlus, mit dem Eltern unterstützt werden, die schnell wieder in den Beruf einsteigen und zunächst Teilzeit arbeiten. Entscheiden sich beide Elternteile für eine Teilzeitstelle, gibt es zusätzlich einen Partnerschaftsbonus.

Kinderzuschlag: Seit 2005 können Eltern bei der Familienkasse der Agentur für Arbeit einen Kinderzuschlag beantragen. Darauf haben Eltern mit einem Mindesteinkommen von 900 Euro (600 Euro für Alleinerziehende) und einem individuell zu berechnenden Höchsteinkommen Anspruch. Der Kinderzuschlag beträgt derzeit maximal 140 Euro pro Monat und Kind, ab Juli 2016 steigt er auf 160 Euro. Vom Kinderzuschlag profitieren besonders oft Alleinerziehende und Kinderreiche. Wer Anspruch auf den Kinderzuschlag hat, erhält auf Antrag meist auch sogenannte „Leistungen auf Bildung und Teilhabe“. Das sind Zuschüsse für Klassenfahrten, Kitaessen oder Schulbus.

Rente: Bei der Rentenberechnung werden Kindererziehungszeiten (bis zu drei Jahre) angerechnet, so als hätten die Eltern in dieser Zeit gearbeitet und Rentenbeiträge eingezahlt. Die Erziehungszeit können nicht beide Partner gleichzeitig beanspruchen. Einen speziellen Bonus für Kinderreiche gibt es nicht.

Besteuerung: Bei der Einkommenssteuer werden Eltern mit dem Kinderfreibetrag (7.152 Euro pro Jahr und Kind) entlastet. Im Gegensatz zum Kindergeld wird der Kinderfreibetrag nicht ausgezahlt sondern ist ein Freibetrag, der vom zu versteuerndem Einkommen abgezogen wird und sich bei der Berechnung der Einkommensteuer steuermindernd auswirkt. Ob die Kindergeldzahlungen oder der Kinderfreibetrag für Steuerpflichtige vorteilhafter ist, prüft das Finanzamt automatisch mit der Steuererklärung. Eine steuerliche Entlastung speziell für Kinderreiche gibt es anders als in Frankreich nicht. Das umstrittene Ehegatten-Splitting bevorzugt verheiratete Paare, wovon insbesondere jene Paar mit klassischer Rollenverteilung profitieren: Der Mann hat ein hohes Einkommen, die Frau verdient nichts oder wenig. Derzeit wird die Abschaffung des Ehegatten-Splittings zugunsten eines Familien-Splittings diskutiert.

Der deutsche Staat unterstützt Familien also sehr wohl und erkennt ihre Leistung an, eine explizite Förderung für das Familienmodell „2plus“ gibt es bisher nicht. Dabei beklagen die meisten Mehrkind-Familien gerade die fehlende Anerkennung und Wertschätzung – nicht nur in finanzieller Hinsicht. Ob bei der Wohnungssuche, beim Museumseintritt, bei der Vereinbarkeit von Beruf und Familie - gerade mit Blick auf Länder wie Schweden oder Frankreich, haben wir in »

Buchtipps:



FÜNF KINDER? SIE ARMSTE!

Ein Survivalguide für gelassene Mehrfachmütter von Daniela Nagel
256 Seiten | Taschenbuch
ISBN 978-3-86265-314-0
9,95 EUR
Schwarzkopf & Schwarzkopf
Verlag, Berlin 2013

 Ursula von der Leyen tut es. Angelina Jolie tut es auch. So schwer kann es also nicht sein, beruflichen Erfolg mit einer Horde Kinder zu vereinbaren, dabei hübsch und gepflegt auszusehen und stets ein strahlendes Lächeln auf den Lippen zu tragen. Oder etwa doch?

Daniela Nagel, selbst Mutter von fünf Kindern,

weiß, welche Herausforderungen der Alltag einer Großfamilie mit sich bringt, aber auch, wie erfüllend ein Leben „zu viel“ sein kann: „Als ich mit unserem fünften Kind schwanger war, hätte ich mir selbst einen Ratgeber für kinderreiche Mutter gewünscht, einen, der Mut macht, Anerkennung schenkt, der einem Alltagstipps und vor allem das Gefühl gibt, nicht vollkommen verrückt zu sein.“ Mit viel Witz erzählt die Autorin in ihrem Buch, wie sie es schafft, Familie, Beruf und eigene Bedürfnisse unter einen Hut zu bringen. Neben den persönlichen Anekdoten hält das Buch zahlreiche Tipps nicht nur von Daniela Nagel selbst, sondern auch von anderen Mehrfacheltern parat. Zudem liefert es Unentschlossenen reichlich Beweggründe, das Abenteuer Großfamilie zu wagen. Denn: Je mehr, desto lustiger! Ein tolles Buch.

Deutschland noch Luft nach oben. Hier werden Großfamilien durchaus schief angesehen, wenn sie ins Restaurant gehen oder im Supermarkt einkaufen. Sie haben ein schlechtes Image, gelten als arm und verantwortungslos. Frauen, die zum vierten oder fünften Mal schwanger sind, müssen sich Kommentare anhören, die bis zu sexuellen Anspielungen reichen. Zuletzt hat selbst der Papst mit seinem Karnickel-Vergleich für Aufsehen gesorgt. Wenn wir uns in Deutschland tatsächlich mehr Kinder wünschen, dann müssen sich nicht nur mehr Paare überhaupt für Kinder entscheiden. Dann müssen sich mehr Paare für ein drittes oder viertes Kind entscheiden. Eine Willkommenskultur für dieses dritte oder vierte Kind wäre ein guter Anfang.

Angebote für (Groß-)Familien in Brandenburg und Sachsen

Der Familienpass Brandenburg bietet Familien jährlich Rabatte aus den Bereichen Freizeit, Bil-

dung, Sport und Spaß, darunter ermäßigter Eintritt ins Schwimmbad oder in den Tierpark. Der Pass gilt vom 01.07. bis zum 30.06. für die ganze Familie (mind. ein Erwachsener und ein Kind bis zum vollendeten 18. Lebensjahr). Den Familienpass Brandenburg für 2015/2016 enthält 626 Rabatt-Angebote und kostet 3 Euro. Er ist übers Internet oder in Zeitschriftenläden erhältlich.

Der Familienpass Sachsen bietet Familien mit mindestens drei Kindern (oder mit einem schwerbehinderten Kind oder Alleinerziehenden mit zwei Kindern) freien Eintritt in etwa 30 Schlösser und Museen des Freistaates, u.a. ins Barockschloss Rammenau, ins Hygiene-Museum Dresden, ins Grassi-Museum Leipzig. Den Familienpass erhält man unabhängig von Einkommen und Vermögen. Den Antrag stellt man bei der Kommune.



**Familie Jäger aus Nürnberg mit fünf Kindern:
14 Jahre, 10, Jahre, 7 Jahre, 4 Jahre und 1 Jahr**

Inwiefern macht der Alltag mit vielen Kindern Ihr Leben und das Ihrer Kinder reicher?

Jedes Kind bringt seine eigene Persönlichkeit mit. Es ist spannend, wenn so viele unterschiedliche Menschen zusammen leben. Die Kinder finden es (meistens) toll, dass immer jemand zum Spielen (und auch zum Streiten) da ist. Sie miteinander aufwachsen zu sehen und zu erleben, wie die Geschwisterbeziehungen sich entwickeln, ist einfach schön. Bei uns zu Hause ist es selten ruhig, häufig

chaotisch, aber immer wird auch viel gelacht. Am meisten genießen wir es, gemeinsam als Familie Ausflüge und Urlaub zu machen.

Was sind die größten Herausforderungen, vor denen Sie als Familie mit vielen Kindern stehen?

Es ist nicht immer einfach, die Bedürfnisse von mehreren Kindern zwischen Baby- und Teenageralter unter einen Hut zu bekommen. Außerdem ist es eine Herausforderung, alle wichtigen Termine zu koordinieren. In Krankheitszeiten bricht die Logistik leicht einmal zusammen... Leider wohnen die Großeltern zu weit weg um uns im Alltag zu helfen, aber wir haben zum Glück ein gutes soziales Netz, das im Notfall greift.

Wenn Sie einen Wunsch frei hätten – was sollte sich für Familien in Deutschland ändern?

Ich wünsche mir mehr Anerkennung für Familien. Damit meine ich nicht nur finanzielle Aspekte, die zweifelsohne auch wichtig sind (z.B. bei den Themen Sozialversicherung und Rente). Ich wünsche mir vor allem, dass Kinder einfach willkommen sind und überall ganz selbstverständlich dazugehören.



**Familie Heyne aus Kolkwitz mit vier Kindern:
14 Jahre (nicht im Bild), 10, 6 und 1,5 Jahre**

Inwiefern macht der Alltag mit vielen Kindern Ihr Leben und das Ihrer Kinder reicher?

Wir als Eltern genießen die Vielfalt an Charakteren und Menschlichkeit, die unsere Kinder mit sich bringen. Jedes Alter und jedes Kind ist anders und auf seine Weise ganz speziell, was es für uns wunderbar macht, ihnen beim Großwerden zuzusehen und zur Seite zu stehen. Für unsere Kinder sehen wir ganz klar, die Gemeinschaft einer großen Familien als einen großen Vorteil. Geschwister sind Spielkameraden, aber genauso auch Menschen, an denen man sich reiben kann und darf und für die man Verantwortung übernimmt. Egal was geschehen mag, sie werden immer einander haben. Sie lernen Rücksicht zu nehmen und sich selber weniger wichtig zu nehmen. Sie kennen ihre Verantwortung für sich selber und für andere und wissen, damit umzugehen.

Was sind die größten Herausforderungen, vor denen Sie als Familie mit vielen Kindern stehen?

Ein großes Thema ist sicherlich Geld. Trotz Kindergeld, das in Deutschland ja reichlich gezahlt wird, und gutem Einkommen muss man immer rechnen und kalkulieren. Besonders herausfordernd ist immer wieder der Start ins neue Schuljahr - neue Sportkleidung, die Busfahrkarte (für 3 Kinder immerhin 300 Euro pro Schuljahr) und all die kleinen Beträge die bezahlt werden müssen.

Ein weiteres Thema ist Wohnraum. Es ist schwer, eine Wohnung oder ein Haus zur Miete zu finden. Hausbau wäre utopisch. Denn wer braucht in 20 Jahren noch die vielen Räume? Hier würden wir uns für die Region eine öffentliche Bauplanung

wünschen, die über die Standard 2-Kind-Familie hinausgeht. In Cottbus scheint der Fokus auf altersgerechtem Wohnen zu liegen, obwohl immer mehr Familien zuziehen und passenden Wohnraum suchen. Das Thema Schule beschäftigt uns sicherlich genauso - wenn nicht auch mehr - wie jede andere Familie auch. Lange Schulwege für die Kinder, lange Unterrichtszeiten etc. Keine weiterführende Schule außerhalb der Stadt Cottbus für die Kinder von den umliegenden Ortschaften. Das ist ein Thema, das v.a. uns Eltern in Kolkwitz beschäftigt.

Die vielen Wege und auch die eigene Arbeitszeit führen zur letzten und wahrscheinlich größten Herausforderung im Alltag: Zeitmanagement. Der Tag scheint nie lang genug zu sein. Alles muss genau geplant sein, damit es auch klappt. Zum Glück können wir hier auf eine flexible Kita und einen zuverlässigen Hort setzen, die uns beide die nötige Unterstützung für den Alltag sichern.

Wenn Sie einen Wunsch frei hätten – was sollte sich für Familien in Deutschland ändern?

Steuerfreiheit ab dem 3. Kind.... Die Erziehung der Kinder kann nicht besser gewürdigt werden. So könnten auch viele Familien auf finanzielle Unterstützung verzichten und der Staat würde offen zeigen, wie wichtig Kinder tatsächlich für das Land sind. Aber das wird wohl ein Wunsch bleiben...

Daher ein etwas realistischerer Wunsch: guckt uns nicht immer so schief an, wenn die Kinder aus dem Auto steigen! Ja, es sind alles unsere eigenen. Nein, wir sind keine Patchwork Familie und ja, wir haben auch andere Hobbies! ;-) Kinderreiche Familien also bitte als selbstverständlich und bereichernd wahrnehmen. Das wäre uns eine Herzensangelegenheit.

rundum Wohlbefinden



Physiotherapie und Naturheilpraxis
Annast Will

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



Familie Rosenow aus Lucklum bei Braunschweig mit fünf Kindern: 8 Jahre, 7 Jahre, 5 Jahre, 4 Jahre, 3 Jahre

Inwiefern macht der Alltag mit vielen Kindern Ihr Leben und das Ihrer Kinder reicher?

Bei uns ist einfach enorm viel Stimmung und immer was los. Es gibt ständig etwas Neues: ob vorhergesehen oder auch nicht, und dann ist die spontane Flexibilität gefragt. Allein die Unterschiedlichkeiten der Charaktere jedes Einzelnen bereichern unser Familienleben. Wir als Eltern und auch die Kinder untereinander nehmen im täglichen aufeinander Rücksicht, übernehmen Verantwortung für den Anderen, sind achtsam, gehen auf die Bedürfnisse anderer ein und auf der anderen Seite soll aber jeder zu seinem Recht kommen. Es ist toll, wenn sich die Kinder anschreien und streiten, schließlich sich aber wieder vertragen. Es ist toll gemeinsam ein Problem zu meistern und es ist

toll zu sehen, wenn die Kinder ihren Weg ins Leben finden.

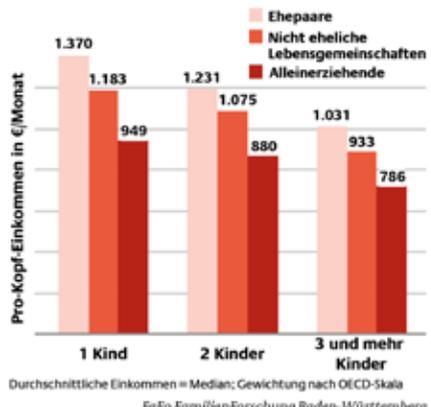
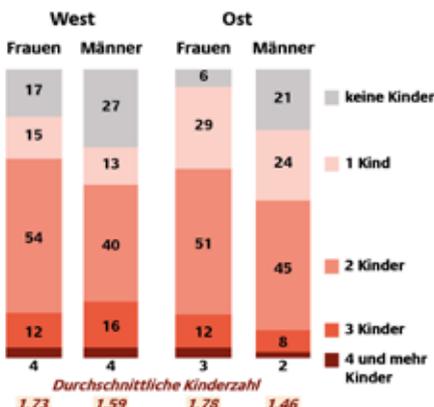
Was sind die größten Herausforderungen, vor denen Sie als Familie mit vielen Kindern stehen?

Eindeutig die Logistik. Wenn ich mit den beiden ältesten Kindern Hausaufgaben mache, durchkreuzen die drei Jüngeren die Pläne. Sie machen auf sich aufmerksam, stören dabei und möchten ihren Willen durchsetzen. Der straff gefüllte Terminkalender ist für mich des Öfteren nur schwer durchführbar. Allen Kindern gerecht zu werden ist für mich eine ständig neue Herausforderung. Außerdem sind Urlaubsreisen oder Kurzbesuche für mich ein Albtraum: an alles zu denken, ob Augenpflaster, Zahnsperre, Windeln, Fußschiene, Schlafsack oder das unverzichtbare Kuscheltier, etc. ist gar nicht so leicht. Dabei tritt die eigene Garderobe schon mal in den Hintergrund oder wird in Teilen vergessen.

Eine weitere Herausforderung sind für mich die Wocheneinkäufe: Lebensmittel und Getränke, die weiten Wege und Treppe heraufzuschleppen dauert Stunden.

Wenn Sie einen Wunsch frei hätten – was sollte sich für Familien in Deutschland ändern?

In erster Linie eine Steuersenkung!!! Desweiteren Senkungen von Eintrittspreisen und Fahrkarten für Großfamilien. Ein wichtiger Aspekt wäre für mich auch, über Lehrmittelfreiheit bei Großfamilien nachzudenken, denn allein diese Kosten sind nicht zu unterschätzen.



Puppenspiel auf Gut Geisendorf

6.12.: Rumpelstilzchen als Familien-Puppenspiel!



Ein spannender Nikolausausflug für die ganze Familie!



Zum Nikolaus sollten Sie Ihren Kindern eine besondere Überraschung in die Stiefelchen stecken, die noch am selben Tag ausgepackt werden kann und sogar vollkommen kostenfrei ist. Das Gut Geisendorf, unweit von Welzow direkt an der Tagebaukante gelegen, lädt am 6. Dezember zum besonderen Puppenspiel. Los gehts um 16 Uhr mit Anna Fregin und ihrer äußerst unterhaltsamen Version vom Rumpelstilzchen, die sich sowohl für Kinder als auch für Erwachsene eignet. In ihrer liebevoll gestalteten Märchenstunde begegnen wir unterschiedlichsten Figuren in einem altbekannten Stück, das durch zeitgemäße Sprache, regionalen Dialekt und den Publikumsliebling Anneliese, die Ratte, ordentlich aufgepeppt wird. Ein Nachmittag, der Kids und Eltern prächtig amüsieren wird! Den Nikolaustag können sie dann bei Kaffee und Kuchen auf Gut Geisendorf ausklingen lassen.

Jahrhunderte stand das Gutshaus Geisendorf im Zentrum des gleichnamigen Ortes. Es wurde um das Jahr 1600 errichtet, Eigentümer des Gutes waren Adelsfamilien, deren Namen sich auch an anderen Orten der Lausitz finden. Der Ort Geisendorf musste dem Tagebau Welzow-Süd weichen, im November 2001 wurde die Umsiedlung in das nah gelegene Neupetershain abgeschlossen. Nur das Gutshaus blieb an seinem Platz.

PUPPENSPIEL IN GEISENDORF

Stück: Rumpelstilzchen

Datum: 6. Dezember 2015, Beginn 16 Uhr

Ort: Gut Geisendorf, Kulturforum der Lausitzer Braunkohle, 03103 Neupetershain

Infos: Telefon 035751-12575

ZUM STÜCK/MITWIRKENDE

Regie: Daniel Wagner,

Bühne: Ralf Wagner

Puppen: Mechtild Nienaber und Ralf Wagner

Spiel: Anna Fregin

Eine Koproduktion mit dem Theater Zitadelle, Berlin und La Strada, internationales Strassentheater Festival Graz

DER EINTRITT IST FREI

Im Anschluss Kaffee und Kuchen

Seit nunmehr 18 Jahren ist es als Kulturforum der Lausitzer Braunkohle Begegnungsort für Lausitzer aller Generationen. Vom Geisendorfer Musiksalon über das Literaturforum bis zum Familienfest hat es seinen festen Platz im Kulturkalender der Region. Besonders spannend ist der Kontrast des schick herausgeputzten Gutshauses direkt an der Tagebaukante – ein Erlebnis Lausitzer Heimatgeschichte.





„Viele Kinder bedeuten Herausforderung, aber auch Sinnstiftung“

Interview mit Dr. Elisabeth Müller, Vorsitzende des Verbandes kinderreicher Familien in Deutschland. Sie ist selbst mit vier Geschwistern aufgewachsen und heute Mutter von sechs Kindern im Alter von 11 bis 20 Jahren.



In Deutschland entscheiden sich nur wenige Familien für drei oder mehr Kinder. Woran liegt das?

Das hat viele Gründe. Finanzielle Aspekte spielen ebenso eine Rolle wie eine fehlende Wertschätzung von Familien gerade mit vielen Kindern. Oft finden Paare einen Lebensentwurf mit vielen Kindern nicht so reizvoll, weil sie natürlich auch auf manches verzichten müssen. Uns als Verband kommt es aber gerade darauf an zu zeigen, wie schön und erfüllend, wie „reich“ der Alltag von kinderreichen Familien ist.

In anderen Ländern wie Schweden oder Frankreich scheinen kinderreichere Familien mehr verbreitet – was machen diese Länder anders?

In diesen Ländern erfahren Großfamilien eine ganz andere Wertschätzung. Sie werden dort nicht schief angesehen, sondern sind angesehen. Das zeigt sich schon im Alltag: Kinder haben freien Eintritt in Museen, sind in Restaurants gern gesehen. Auch in finanzieller Hinsicht kann man dort von einer Mehrkindpolitik sprechen. Großfamilien wer-

den in Frankreich durch steuerliche Erleichterungen finanziell stärker entlastet als bei uns.

Was kann die Politik, die Wirtschaft, die Gesellschaft tun, damit Deutschland (groß)familienfreundlicher wird?

Ab dem dritten Kind steigen die Kosten für Familien deutlich. Meist braucht es ein größeres Auto, mehr Wohnraum. Die Mehrwertsteuer trifft vor allem große Familien. Die Politik muss die erforderlichen Rahmenbedingungen schaffen, damit sich dennoch mehr Familien für mehr als zwei Kinder entscheiden. Wir fordern höheres Kindergeld, den Einbau eines Kinderfaktors in die Rentenversicherung und ein Familiensplitting als Erweiterung des Ehegattensplittings in Form einer deutlichen Erhöhung des Steuerfreibetrags für Kinder, gestaffelt nach Kinderzahl. Jedes vierte Kind stammt aus einer kinderreichen Familie, sie finanzieren die künftige Rente, das wird aber bisher nicht ausreichend gewürdigt. Daher unterstützen wir auch die Initiative elternklagen.de, bei der Eltern derzeit dafür klagen, dass bei den Sozialabgaben auch ihre Erziehungsleistung

anerkannt wird. Von der Wirtschaft wünschen wir uns mehr familienfreundliche Arbeitgeber, denn auch sie profitieren von zufriedenen Mitarbeitern. Neben der Politik und der Wirtschaft ist ganz entscheidend, dass wir die gesamte Gesellschaft mit ins Boot holen. Großfamilien sollten nicht als Sonderlinge abgetan, sondern in die Gesellschaft integriert werden.

Kinderreiche Familien haben ein schlechtes Image, gelten als bildungsfern, verantwortungslos, arbeitslos. Entspricht dieses Bild der Realität? Gibt es die typische kinderreiche Familie?

Nein, die gibt es eben nicht. Jede Großfamilie ist so individuell wie jede andere Familie auch. Das Bild von der Unterschichtfamilie stimmt so auch nicht: 83 Prozent der Mehrkindfamilien bestreiten ihr Einkommen selbst. Gleichwohl lebt jede vierte kinderreiche Familie im Armutsrisiko.

Muss man sich viele Kinder leisten können? Ist Kinderreichtum eine Geldfrage?

In der Tat belegen Statistiken und

Umfragen, dass Eltern häufig aus finanziellen Gründen auf ein drittes oder viertes Kind verzichten. Neben den steigenden Kosten, fällt ab dem dritten Kind meist auch ein Einkommen für längere Zeit deutlich kleiner aus oder ganz weg. Das traut sich nicht jede Familie zu.

Was sind darüber hinaus die größten Schwierigkeiten für kinderreiche Familien hierzulande?

Neben finanziellen Aspekten beklagen diese Familien die fehlende Infrastruktur. Das fängt bei großen, bezahlbaren Wohnungen an und geht weiter bei Familienkarten für Museen oder Schwimmbäder, die nur zwei Kinder berücksichtigen. Insofern ist die fehlende gesellschaftliche Anerkennung des Lebensmodells „drei-plus“ die zweite große Hürde. Ich höre oft von Müttern aus unserem Verband, die ab der dritten Schwangerschaft gefragt werden, ob das geplant gewesen sei oder gar ob sie das Kind wirklich bekommen wollen. An dieser Stelle brauchen wir einen gesamtgesellschaftlichen Bewußtseinswandel.

Welchen Einfluss hat Kinderreichtum auf die Partnerschaft und welchen auf die Geschwister?

Wir wissen, dass Partnerschaften in kinderreichen Familien langfristig stabiler sind. Viele Kinder bedeuten für die Eltern Herausforderung aber zugleich auch Sinnstiftung. Was schwer, aber wichtig ist: Dass sich die Eltern Zeit nehmen, ihre Partnerschaft zu pflegen. Kinder mit vielen Geschwistern werden früher selbständig, sie entwickeln soziale Kompetenzen. Sie haben immer einen Spielpartner, sie stützen sich gegenseitig, fordern sich aber auch

heraus, reiben sich aneinander. Geschwister prägen ein Leben lang.

Ihr persönliches Plädoyer: Warum sollten trotz aller Schwierigkeiten mehr Familien den Mut haben, sich für ein drittes oder viertes Kind zu entscheiden?

Ich habe die Mehrkindfamilie selbst erlebt – als Kind und jetzt als Mutter. Ich habe das stets als großen Schatz empfunden. Für mich sind Kinder Zukunft und Lebensinn. 26 Prozent der 20 bis 30-Jährigen wünschen sich mehr als zwei Kinder. Aber nur ein Teil setzt diesen Wunsch tatsächlich um. Ich würde mir wünschen, dass mehr Eltern den Mut für das dritte und vierte Kind aufbringen. Nichtsdestotrotz muss jede Familien ihren individuellen Lebensentwurf finden, der zu ihr passt – ob nun mit einem Kind oder mit sieben.

Ihr Verband hat sich 2011 gegründet, ist also noch recht jung. Was konnten Sie in dieser Zeit erreichen? Wo sehen Sie noch Handlungsbedarf?

Wir sind mit zehn Familien gestartet und haben heute 17.000 Mitglieder, also Mütter, Väter, Kinder. Wir sind enorm gewachsen, haben 16 Landesverbände gegründet und uns untereinander aber auch mit Politik und Wirtschaft vernetzt. Wir konnten viele wichtige Projekte umsetzen und Initiativen anstoßen. Dazu gehören z.B. das FairFamily-Siegel, mit dem wir Unternehmen für besonders familienfreundliche Produkte und Dienstleistungen auszeichnen. Zudem wurden kürzlich in die neue Landesbauordnung von Rheinland-Pfalz die Interessen kinderreicher Familien für gro-

ße Wohnungen mit aufgenommen – auf unsere Initiative hin. Für die Zukunft planen wir den 2. Familienkongress, dieses Mal in Köln. Wir starten eine neue Initiative zur besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Und wir fordern die Öffnung des Bundesfreiwilligendienstes für kinderreiche Familien.

Warum sollten kinderreiche Familien Ihrem Verband beitreten? Was haben sie davon?

Wir fördern und vertreten die Belange dieser Familien. Wir bieten ihnen ein breites Netzwerk an, in dem sie sich austauschen und beraten lassen können. Über das familie3plus-Programm bieten Partnerfirmen exklusive Vergünstigen und Rabatte für Verbandsmitglieder an.



Verband kinderreicher Familien Deutschland e.V.

Der Verband kinderreicher Familien Deutschland e.V. ist im Jahr 2011 aus der Initiative engagierter kinderreicher Familien entstanden, vertritt 1,2 Millionen kinderreicher Familien in Deutschland und setzt sich in Politik, Wirtschaft und Medien für ihre Interessen ein. Der Verband versteht sich als Netzwerk von Mehrkindfamilien, die sich untereinander unterstützen und die Öffentlichkeit für ihre Anliegen erreichen wollen. Der Verband ist konfessionell ungebunden und überparteilich. Für die Mitgliedschaft erheben wir einen freiwilligen Mitgliedsbeitrag. Weitere Informationen unter:

 kinderreichfamilien.de

Verlosungen für Lausebanden

Tolle Sachen zum Spielen, Anschauen und liebhaben!

1



Schlummerle, die Geburtstagsprinzessin

Mit ihrem liebevollen Gesicht und den warmherzigen Schlafaugen erobert Schlummerle die Herzen kleiner Puppenmütter im Sturm. Die zahlreichen Ausstattungsvarianten und Accessoires sorgen für ein abwechslungsreiches Spielerlebnis. Schlummerle, die Geburtstagsprinzessin von Schildkröt, trägt ein mit Herzen bedrucktes Kleid mit Tüllschleifen. Die Geburtstagstorte spielt Happy Birthday. Informationen unter www.schildkroet.de.

Wir verlosen 2 Puppen

3



Ostwind 2

Am 5.11. erscheint die Fortsetzung des besten deutschen Leinwand-Pferdeabenteuers auf DVD und Blu-ray! Auch „Ostwind 2“ setzt auf perfekt ins Licht gesetzte Szenen mit einfühlsamen Begegnungen zwischen Mensch und Tier. Mika fährt nach Kaltenbach, um ihren geliebten Hengst Ostwind wiederzusehen. Leider ist die Stimmung auf dem Reiterhof nicht gut. Ostwind ist völlig außer Form und benimmt sich seltsam. Kaltenbach steht kurz vor der Pleite. Kann Mika den Reiterhof retten?

Wir verlosen 2 DVDs und 2 Blu-ray



2



Pipi-Max

Der kleine freche Lausbub auf vier Pfoten, der dank patentierter Technik laufen, trinken, bellen und Pipi machen kann. Wenn Pipi-Max geräuschvoll Wasser aus dem Napf trinkt und danach sein Beinchen zum Pinkeln anhebt, klatschen Kinder vor Freude in die Hände! So fördert der knuffige Beagle ganz spielerisch das Verantwortungsgefühl und bringt Kindern die Grundlagen der Tierpflege näher. Informationen unter www.pipimax.com.

Wir verlosen 2 Pipi-Max

4



ARLO & SPOT

Was wäre, wenn die Dinosaurier nicht ausgestorben wären? Diese Frage stellt Disney•Pixars Weihnachtsfilm „ARLO & SPOT“ und erzählt die Geschichte einer ungewöhnlichen Freundschaft zwischen dem jungen Apatosaurus Arlo und dem Menschenjungen Spot in einer Welt, in der nicht die Menschen die zivilisierte Spezies sind, sondern die Dinosaurier. Eine Geschichte über Freunde, die gegensätzlicher nicht sein könnten. Kinostart ist am 26. November 2015.

Wir verlosen 3 Fanpakete

So gewinnen Sie:

Einfach Fan werden unter www.facebook.de/lausebande
Jede Woche startet mindestens eine spannende Verlosung.
Die Gewinner werden wöchentlich ausgelost.
Jeder Fan kann in den Lostopf hüpfen. Viel Spaß und Erfolg!



www.facebook.com/lausebande

5



Sammy – Kleine Flossen, großes Abenteuer

Lustig, mutig und immer für ein großes Abenteuer zu haben: so kennen und lieben Fans die Meeresschildkröte Sammy und ihre Freunde. Diesen Herbst tritt Schildkrötenkelin Ella in die großen Fußstapfen ihres Opas Sammy und stellt sich mutig mit ihrem besten Freund Ricky allen Gefahren des Ozeans. In 26 spannenden Doppelfolgen auf zwei DVDs erfahren die beiden jungen Nachwuchsabenteurer erstmals in Serie, was das weite Meer für sie bereithält.

Seit 1. Oktober ist Vol.1 draußen und am 5. November kommt Vol.2 vollständig auf DVD, Blu-ray und als VoD in den Handel.

Wir verlosen Vol.1 und Vol.2 jeweils 3x3 DVDs und Blu-ray

6



LEGO NINJAGO

Ninja Lloyd befindet sich nach wie vor in den Fängen des fiesen Geistes Morro. Mit vereinten Kräften treten die vier übrigen Ninja-Freunde Jay, Kai, Zane und Cole eine beschwerliche Reise an, um ihren Freund zu retten. Sie müssen noch vor Morro die letzte Ruhestätte des ersten Spinjitzu Meisters finden, um zu verhindern, dass das Urböse aus der verfluchten Welt befreit wird und sowohl Ninjago als auch die anderen Welten bedroht sind. Zum Staffelfinale am 4.12.2015 verlosen wir jetzt schon drei Mal die DVD 5.2 und Hörspiel-CD 19 und 20.

Wir verlosen je 3 Mal: DVD, CD19, CD20 und aufgepasst:

LEGO FRIENDS 1 DVD 3 und 1 CD 9 verlosen wir auch auf Facebook

Für die ganze Familie: TUTANCHAMUN – Der MOSAIK-Familiensonntag



7

Am 8. November 2015 gibt es ab 10 Uhr ganz besondere Abenteuer in der Tutanchamun-Ausstellung in Dresden zu erleben: Dann sind nämlich für einen ganzen Tag die Abrafaxe, die den kleinen Tutanchamun schon vor über 3000 Jahren im alten Ägypten trafen, zu Gast in der geheimnisvollen Welt des Pharaos. Diese besonderen Erlebnisse gibt es außerdem für die Kinder und Familien:

- Persönliches Treffen mit Abrax, Brabax & Califax!
- Den Machern der Abrafaxe bei ihrer Arbeit über die Schulter schauen!
- Selbst kreativ werden beim Zeichenworkshop!
- Erfahren, wie ein Comic-Heft gemacht wird!
- Testen der eigenen Adleraugen beim Wimmelbilderquiz!

- Mitmachen als Akteure bei einer szenischen Lesung aus einem ägyptischen Abenteuer der Abrafaxe!
- Den eigenen Namen in Hieroglyphen schreiben!
- Kleine Entdeckertour zu den Themen „Der Pharao siegt immer“ und „Gut verpackt für die Ewigkeit“! zusammen mit Ägyptologen

Alle Familiensonntag-Aktivitäten sind im Eintrittspreis enthalten! Außerdem gibt es am Familiensonntag einen tollen Preis zu gewinnen: eine 1-wöchige Reise nach Ägypten, inkl. Flug, Hotel und All-inklusive für 2 Erwachsene und 2 Kinder, die vom Reisepartner ETI durchgeführt wird!

Termin: Sonntag, 8. November 2015, 10 bis 18 Uhr
Ort: Zeitenströmung Dresden

Wir verlosen 2 Familientickets (immer je 2 Erwachsene, 2 Kinder oder 1 Erwachsener, 3 Kinder) für den Mosaik-Familiensonntag am 8.11.



www.tut-ausstellung.com

Bücher für Lausebänden

Hugendubel.de
Die Welt der Bücher



Bücher für Lausebänden 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 offenerherzigen 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.



Elefanten im Haus

Schneider
Seiten: 32
Lesealter ab 4
12,99 EUR

Fine ist ganz aufgeregt: Da ziehen neue Leute ins Haus! Hoffentlich haben die Kinder, denkt Fine. Vor lauter Neugierde macht Fine sich auf den Weg ins Treppenhaus. Doch da stehen schon die Nachbarn und meckern...



Nora (4): Ein lustiges Buch. Elefanten als Nachbarn, warum eigentlich nicht?

Die Bilder sind schön und ich fand die Geschichte echt lustig.



Endlich Cowboy Szillat
Seiten: 32
Lesealter ab 4
12,95 EUR

„Gratuliere, Sam!“, sagt Rancher Joe Mc Cartney feierlich zu seinem Sohn. „Ich hab dir versprochen: Sobald du übers Viehgatter blinzeln kannst, ohne dich auf die Stiefelspitzen zu stellen, bekommst du dein eigenes Lasso.“



Lorenz (5): Ein spannendes Abenteuer für Cowboy- und Indianer-Fans!

Eigentlich müsste auf dem Buch „Cowboy Lorenz“ stehen.



Fortuna Girls – Das Spiel beginnt!

Großmann/ Künzer
Seiten: 161
Lesealter k.A.
8,49 EUR

Felicitas will Profifußballerin werden. Aber in ihrer neuen Heimatstadt gibt es weit und breit kein Mädchenteam. Dort regieren die „Unrentables“ – eine hochnäsige Jungstruppe, die nichts davon hält, dass Felicitas Fußball spielt.



Luna (7): Ich spiele auch gerne Fußball. Die Jungs fanden es erst blöd, jetzt

gehöre ich zu ihrem Fußballteam und bin richtig gut. So wie im Buch war das bei mir auch.



Winnetous Sohn

Brinx, Kömerling
Seiten: 160
Lesealter ab 8
8,99 EUR

Exklusiv mit Fotos vom Film! Wie ein Indianer sieht der zehnjährige Max nun wirklich nicht aus. Macht aber nichts, denn er ist trotzdem einer. Der Häuptling sogar. Nur seinen Stamm hat er nicht so richtig im Griff...



Jette (9): Eine lustige Indianergeschichte – und das nicht nur für Jungs.

Die Bilder vom Film-Set sind toll. Da sieht man auch, wie der Film dazu gedreht wurde.



Ritter Kahlbutz: Besuch aus der Vergangenheit

Flechsig
Seiten: 176, ab 8
12,95 EUR

In der Dämmerung zieht ein Gewitter auf, und der Donner rollt drohend über das Dorf. Tatsächlich geht Nils über die Brücke, aber alles wird ganz anders, als es Sven und Toni erwarten. Ritterliche Abenteuer beginnen...



Tobias (8): Die Geschichte geschah wohl wirklich. Es ist schön, wenn man

einen so ungewöhnlichen Freund hat, der einen so heldenhaft beschützt.



**Roxy Sauerteig –
Gib Affen keinen
Zucker**

Reschke
Seiten: 224, ab 8
9,99 EUR

Der Junge Zauberer Sabali ist den weiten Weg von Afrika nach Europa gereist, um seinen Affen Teri zurückzuholen. Teri ist eine Meerkatze, die ihm von Forschern einfach weggenommen wurde.



*Greta (10): Eine tolle Abenteuer-
geschichte mit
geheimnisvoller*

Ermittlung. Am lustigsten fand ich den Einbruch in den Zoo!



Helden des Olymp

Riordan
alle Bücher über
500 Seiten, ab 12
ab 3,99 EUR

Allem Anschein nach gehören die drei tatsächlich zu den legendären sieben Halbgöttern, die den Olymp vor dem Untergang bewahren sollen. Spannende Abenteuer voller mystischer Wesen!



*Amadeo (12): Ich habe alle 5 Bände
gelesen und bin
begeistert. Als*

Nachfolger von Percy Jackson sind diese Bücher genauso tolle Geschichten.



**Die Kane-
Chroniken**

Riordan
alle Bücher über
500 Seiten, ab 12
ab 3,99 EUR

Abenteuer in der Welt der Götter des alten Ägyptens, voller Magie und Mystik. Wer Percy Jackson mag, der wird auch diese Bücher lieben. Zudem lernt man viel aber die ägyptische Geschichte.



*Gustav (12): Ich habe schon drei
Bände gelesen.
Sie sind super*

spannend und drehen sich um die Götterwelt. Jetzt will ich auch die Helden des Olymp lesen.



Hugendubel.de

Die Welt der Bücher

Über

120

Jahre

Familien
Tradition





Für kleine Welt-Entdecker!

Hugendubels intergalaktischer Lesespaß.

Hugendubel. Für jeden mehr drin.

Die Welt der Bücher, 3x in Cottbus:
Mauerstr. 8, in der SpreeGalerie und im LausitzPark.



Kinder & Eltern in guten Händen

Die richtige Therapie hilft – nicht nur bei Rheuma.

Reha Vita GmbH Klinik für Gesundheit und Sport, Feigestr. 1, 03046 Cottbus
Telefon: 0355/48551-0 • Fax: 0355/4855150 • E-Mail: das.team@reha-vita.de
geöffnet: Mo-Fr 7-21.30 Uhr, Sa 9-13 Uhr, So 10-14 Uhr



Beim Wort „Reha“ denken wir oft an Maßnahmen für ältere Menschen. Dabei bietet die heutige medizinische Rehabilitation gerade für Kinder und Familien immer mehr Möglichkeiten, bei gesundheitlichen Herausforderungen nachhaltigen Erleichterungen und Verbesserungen zu erreichen. In Cottbus widmet sich die „Reha Vita“ deshalb mit einem breiten Angebotsspektrum allen Generationen.

Ihr Kind in sanften Händen

Die kleinen Patienten sind oft noch nicht in der Lage, ihre Krankheit und die notwendigen Maßnahmen zu verstehen. Das hochqualifizierte Team der Reha Vita zeigt hier besonders viel Einfühlungsvermögen. Für Kindertherapie wurde ein eigener Bereich eingerichtet, aber auch Physio, Logo, Ergo & Babyschwimmen sind hier unter einem Dach zu Hause. Der Vorteil für Familien: Kinder können hier ganzheitlich mit unterschiedlichsten Leistungen in der Therapie und präventiv betreut werden. Aber auch für Eltern ist gesorgt, denn der Weg mit kranken Kindern ist oft eine große Herausforderung und hinterlässt nicht selten seine Spuren. Hier bietet das Haus passende Unterstützung: ob Entspannung, Massage, Sauna oder aktive Erholung. Geben Sie Ihr Kind in sanfte Hände und sorgen Sie für das eigene Wohlbefinden.

Was heisst eigentlich Therapie?

Therapien sind Maßnahmen zum Behandeln von Behinderungen, Krankheiten und Verletzungen. Voraussetzung ist immer eine fundierte Diagnose durch den richtigen Facharzt. Ziel eines jeden Therapeuten ist es, den Heilungsprozess zu unterstützen und fortzuführen, um erneuten Beschwerden vorzubeugen.

Warum Reha Vita?

Die Cottbuser Reha Vita ist die größte wohnortnahe Rehaklinik in Brandenburg und der Lausitz. Sie ist breit aufgestellt und bietet ganztägig ambulante Rehabilitation bei orthopädischen und neurologischen Erkrankungen. Die Praxen für Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie sind von allen Kostenträgern zugelassen. Passend zum Namen Reha Vita erstreckt sich das Konzept auf alle Bereiche gesundheitlichen Lebens und umfasst neben der Therapie auch Training und Wellness unter einem Dach. In den Bereichen Bewegung, Ernährung und Entspannung finden Familien viele individuelle Angebote. Familien schätzen aber vor allem das freundliche und kompetente Team. Kein Wunder, dass die Reha Vita zu den besten Arbeitgebern des Landes zählt und regelmäßig Auszeichnungen für ihre Qualität erhält. Hier stimmt auch der Blick hinter die Kulissen.



NEU: Warmwassertherapie

Ab Januar 2016 bietet die Reha Vita im Warmwasserbereich für kleine und große Patienten zusätzlich die Warmwassertherapie an. Gerade bei den kleinen Rheumapatienten kann mangelnde oder falsche Bewegung zu noch mehr Schäden in den Gelenken führen. Bewegung ohne Belastung ist das Prinzip der Warmwassertherapie. Da einige Patienten einen längeren Anfahrtsweg haben, richtet die Reha Vita die Therapietage extra an Samstagen ein. Begleitend sorgt die Rheuma-Liga für ein Eltern-Café, um Eltern zu beraten und auch mit Gleichgesinnten zu vernetzen. Nach einer angenehmen Warmwassertherapie kann man den Tag dann auch gemeinsam an der frischen Luft genießen. Mehr Informationen zu diesem Angebot auf der nebenstehenden Seite.

Warmwassertherapie bei der Reha Vita

Das neue Angebot für kleine und große Rheuma-Patienten.



Unser Spezial zum Welt-Rheuma-Tag in der Oktoberausgabe stieß auf großes Interesse nicht nur bei kleinen und großen Rheumapatienten.

Viele Fragen erreichten uns, doch ein Brief bewegte uns sehr. Frau Schmidt aus Hoyerswerda schrieb uns bewegende Zeilen über ihre rheumatische Erkrankung und die vielen Wege von Arzt zu Arzt. Sie beschrieb die fehlende Aufklärung, das Betteln um Therapiemöglichkeiten und die oft vorhandene Unwissenheit bei Ärzten über bestehende Verordnungsmöglichkeiten. Heute geht es ihr gut mit der Erkrankung, sie hat den richtigen

Arzt und die passende Krankenkasse gefunden. Sie schrieb, wie sehr ihr die gute Beratung der Rheuma-Liga geholfen hat und wie wichtig es war, den richtigen Facharzt und die Unterstützung der Krankenkasse zu sichern. Auf ihre Frage, ob die Warmwassertherapie auch für

große Rheumapatienten angeboten wird, können wir zum Abschluss sicher auch zur Freude von Frau Schmidt eine positive Antwort geben: Mit der Reha-Vita wurde ein Partner gefunden, der diese Therapie kleinen und großen Patienten anbietet.

DIE WARMWASSERTHERAPIE :

Ab Januar 2016 bietet die Reha Vita in ihrem Warmwasserbereich ein Funktionstraining an. Dieses Funktionstraining wurde von Experten in Zusammenarbeit mit der Deutschen Rheuma-Liga entwickelt. Jeder niedergelassene Arzt kann Funktionstraining verordnen. Die Deutsche Rheuma-Liga hat dazu mit allen Krankenkassen entsprechende Verträge abgeschlossen. Anmeldung & Infos dazu erhalten sie bei: Deutsche Rheuma-Liga Brandenburg, Ansprechpartnerin Diana Becker unter: Tel. 0800 26508038152 (kostenlos)



REHA VITA

Feigestraße 1 | 03046 Cottbus | Telefon (03 55) 4 85 51-0

Klinik für Gesundheit und Sport

Ihr Kind in sanften Händen

- Babyschwimmen
- Kinder-Physiotherapie
- Ergotherapie
- Logopädie



Greenpeace verarscht die Lausitz

oder: Wie ein PR-Fähnchen zum Wirbelsturm führt



„Was Greenpeace jetzt treibt, das ist ein schlechter Witz. Mit der aktuellen PR-Kampagne auf dem Rücken tausender Lausitzer Familien, um deren Existenz es geht, zeigen die rücksichtslosen, selbsternannten Klimaretter einmal mehr ihr wahres Gesicht.“, so die Reaktion von Wolfgang Rupieper auf die öffentliche Bekanntmachung von Greenpeace Schweden, die Lausitzer Braunkohle von Vattenfall kaufen zu wollen. Dabei staunt nicht nur sein Verein Pro Lausitzer Braunkohle e.V. über den immensen Medienrummel. Gleich einige Tageszeitungen haben Greenpeace schon bei der Ankündigung ihrer vermeintlichen Absicht auf die Titelseiten gehoben, der offensichtliche PR-Gag ging mit großem Tobuwa-Bohu durch alle Medien. Einen Tag später liest man dann erste Berichte, in denen schnell klar wird, dass Greenpeace auf Anfrage von Journalisten weder einen Plan noch Substanz zu bieten hat. Mitte Oktober folgte dann eine Pressekonferenz durch Greenpeace, die den PR-Witz nur verlängerte. Fern jeglicher Realität wollen sie nun doch nichts kaufen, sondern alles umsonst erhalten und der schwedische Staat soll sogar noch Geld dazupacken. Auch kann Greenpeace gar nichts kaufen, das soll eine Stiftung tun, in die jene Gutmenschen einzahlen sollen, die immer noch glauben, Greenpeace würde Robben, Wale und das Klima retten. Vielleicht ist das Kalkül aber auch, dass Konzerne der Erneuerbaren diese Stiftung tragen und so mit dem schnellen Aus der Braunkohle ihren eigenen, jetzt schon großteils durch den Steuerzahler finanzierten Profit weiter ausbauen? Und die Medien? Die machen nach wie vor mit und berichten fleißig, ohne zu hinterfragen. „Es ist erschreckend, wo wir in Deutschland angekommen sind. Die öffentliche Meinungsmache zum Thema Energiewende und Braunkohle hat längst die Menschen aus dem Blick verloren. Kaum winkt Greenpeace mit seinem grünen PR-Fähnchen, wird in den Medien ein Wirbelsturm daraus. Sachliche Informationen zur Braunkohle und zur Energiewende finden hingegen kaum noch statt. Es geht immer mehr um Sensationslust und immer weniger um Kosten, Sicherheit und Machbarkeit, was die Menschen

aber viel mehr berührt.“, so Wolfgang Rupieper weiter. Wenn Greenpeace wie vor Kurzem knapp vier Millionen Euro Spendengelder an der Börse verzockt oder nach kurzer Zeit aus Unfähigkeit den Betrieb einer Tochtergesellschaft für „grüne Energie“ einstellt, wird das kaum reflektiert. Selbst strafrechtliche Handlungen werden Greenpeace inzwischen nachgesehen. Im öffentlich-rechtlichen Fernsehen fand nicht nur einmal der journalistische Schulterschluss mit Greenpeace-Aktionen statt, die unser Rechtsstaat ganz klar verbietet. Was ist hier eigentlich los? Warum werden jene so hofiert, die nur gegen etwas sind und die immense Kosten verursachen, die wir am Ende alle zu zahlen haben? In der Lausitz hat der PR-Gag seine Wirkung sicher nicht verfehlt. Denn die Lausitz steht und fällt auch in den kommenden Jahren mit der Braunkohle. Sie bestimmt die Wirtschaft, aber auch das soziale und kulturelle Leben. Die gesamte Region ist auf einen schnellen Ausstieg in keiner Weise vorbereitet. Das ist Greenpeace egal, scheinbar aber auch immer mehr Journalisten in den urbanen Medienzentren, die es bei den Ausflügen aufs Land gern grün und sauber haben. Da stört ein Bild von offenen Landschaften und rauchenden Schloten in der Lausitz. Dieses Bild hat mit der Lausitz aber auch nicht viel zu tun. Nur dazu müsste man sich auch über Hintergründe informieren und einmal auf den Weg machen. „Vielleicht ärgert sich die Meinungsmache einmal, dem Umweltkonzern wieder auf den Leim gegangen zu sein. Vielleicht ziehen doch noch Vernunft und Sachlichkeit ein. Die Hoffnung stirbt zuletzt – das gilt auch für die Lausitz und ihre Braunkohle“, schließt Wolfgang Rupieper die Betrachtung zur aktuellen Diskussion ab.

Interessant?

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

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





Trauern zutrauen ...

Kinder in ihrer Trauer begleiten

Diplom-Sozialpädagogin Anja Gehrke-Huy arbeitet seit 2009 als Trauerbegleiterin für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Cottbus und Umland.



Nicht nur unter Pädagogen ist es unumstritten, dass es Kindern hilft, Gelegenheit zu haben, offen über Tod und Trauer zu sprechen. Als Sozialpädagogin, Sterbe- und Trauerbegleiterin geht es in meinem beruflichen Alltag weniger um die Frage, ob ich mit Kindern über das sensible Thema spreche, sondern vielmehr darum, WIE? Kindgerecht eben, das ist wichtig.

Unsere Kinder begegnen häufig dem Tod im Alltag, in der Natur, aber auch in der Gemeinschaft, in den Märchen, in den Medien. Sie spielen Indianer und Cowboy, sehen tote Tiere am Straßenrand und sehen auch die Bestattungswagen. Zu diesem besonderen Auto sagte ein Junge kürzlich zu mir, das wäre „das Taxi für die Toten“. Eine so schöne Beschreibung in den eigenen und für alle verständlichen Worten eines 6 jährigen Jungen. Nicht selten wollen wir Erwachsenen die Kinder vor dieser Lebensthematik schützen. Doch genau all das Unausgesprochene, das Ungesehene führt häufig bei Kindern zu viel Fantasien, die ängstigend sein können. In den Trauerbegleitungen und auch in den vielseitigen pädagogischen Projekten in Schulen und Kitas unterstütze ich Kinder, Eltern und Erzieher*innen darin, einen offenen Umgang zu erlernen, um dadurch den Kindern viele Ängste zu nehmen und Kinder an ein abschied-

liches Leben in der Natur heran zu führen. Je sicherer Kinder im Umgang mit den kleinen Abschieden im Alltag (Übergänge von Kita in die Schule, Verabschiedungsritualen im Alltag, jahreszeitliche Projekte, Verabschiedung von Praktikanten etc.) werden, desto besser sind sie in ihrem Leben auf die großen Abschiede vorbereitet. Diese kleinen Abschiedsrituale im Alltag sind die Basis für eine spätere gute Trauerbewältigung. Kinder sind sehr häufig spontan mit all ihren Fragen. So können mir so manche Vorschulkinder ganz wunderbar erklären, wie Raketen in den Himmel starten, wie das Korn zum Mehl wird, wie ein Gewitter entsteht oder wie das Wasser aus dem Wasserhahn kommt. Bei den kindlichen Vorstellungen über Sterben und Tod wird nicht selten abgewiegelt, obwohl auch hier Kinder ihre ganz eigenen Vorstellungen haben. Der erste Trost, den wir Erwachsenen unseren Kindern geben können, ist: traurig sein zu dürfen. Trauernden Kindern das Trauern zuzutrauen, ist wichtig. Und nicht selten wissen Kinder intuitiv sehr gut, was sie in der Trauersituation möchten und was nicht.

Bauchgefühl. Auch trauernde Kinder und Jugendliche haben Rechte *Du hast das Recht auf ehrliche Information, die im Zusammenhang mit dem Tod des Menschen stehen, um den Du trauerst.*

Es ist gut, wenn Kinder all ihre Fragen stellen dürfen. Denn trösten kann nur die Wahrheit. Sie brauchen also ehrliche Begleiter in ihrer Familie und ihrem Umkreis, die bereit sind, sich mit dem Tod auseinander zu setzen. Habe ich auf die ein oder andere Frage keine Antwort, dann sage ich es auch direkt und ehrlich. Zum Beispiel werde ich häufig gefragt, wie wohl die Seelen aussehen? Nun, da ich das nicht weiß, sage ich dies den Kindern und lade die Kinder ein, ihre ganz eigenen Vorstellungen von den Seelen zu machen und nicht selten malen wir diese auf: da gibt es bunte Seelen, schwarze Seelen und [...].

[online weiter lesen: lausebande.de Ratgeber/ Erziehung]

Dipl. Sozialpädagogin - Trauerbegleiterin

Anja Gehrke-Huy

Trauerbegleitungen für Kinder
Jugendliche & Erwachsene
Elternberatungen, Elternabende
Projekttag in Schulen, Kitas
soz. Einrichtungen
Fortbildungen, Vorträge,
Teambesprechungen, Trauergruppen



Briesener Str. 24, 03046 Cottbus, Tel. 0355/29022656
Forst, Tel. 03562/693380
Mail: gehrke-huy@freenet.de



Elternsprechtage – Chance nutzen

Elternsprechtage beim Studienkreis vom 2. bis 6. November

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



Das neue Schuljahr ist einige Monate alt, die ersten Arbeiten und Klausuren sind geschrieben, erste Noten vergeben. Die einen sind zufrieden, andere weniger. Was für alle gilt: Die jetzt stattfindenden ersten Elternsprechtage sind eine gute Gelegenheit, mit dem Lehrer zum Nutzen des Schülers im „Gespräch“ zu bleiben – auch dann, wenn die Noten stimmen. Das Nachhilfe-Institut Studienkreis hat einige Tipps für Eltern, wie sie sich auf ein konstruktives Lehrergespräch vorbereiten können:

- Reden Sie vorab mit Ihrem Kind – so lernen Sie die Sicht Ihres Kindes kennen und sind womöglich auf unangenehme Überraschungen vorbereitet.
- Machen Sie sich klar, was sie vom Lehrer-Gespräch erwarten.
- Oft bleiben nicht mehr als 10 Minuten Zeit; planen Sie das Gespräch deshalb möglichst genau. Notieren Sie sich wenige für Sie

wichtige Themen mit dem wichtigsten zuerst, damit es nicht dem Zeitmangel zum Opfer fällt.

- Fragen Sie, ob Sie die Gesprächsthemen schon vorher abstimmen können – z.B. per E-Mail. Das erleichtert die Vorbereitung.
- Prüfen Sie, ob Sie dem Gespräch mit negativen Emotionen wie Ärger entgegensehen.
- Versuchen Sie aufgeschlossen und sachlich zu bleiben, um eine offene und ehrliche Kommunikation zu führen. So erfahren Sie Wichtiges über die Leistungen Ihres Kindes und sein Verhalten.
- Tragen Sie Ihre Themen vor, um dem Lehrer ein realistisches Bild von Ihrem Kind zu vermitteln (z. B. Hausaufgabensituation, Vorbereitung auf Arbeiten, Dinge, die Ihr Kind gerne/ungerne erledigt).
- Scheuen Sie sich nicht, auch kritische Punkte anzusprechen; beginnen Sie das Gespräch aber nicht direkt mit Kritik.

- Fragen Sie den Lehrer, wo sich Ihr Kind noch verbessern kann und wie Sie Ihr Kind dabei unterstützen können. Besprechen Sie gegebenenfalls konkrete Fördermaßnahmen.

Die Checkliste

... zur Vorbereitung auf den Elternsprechtage gibt es unter www.studienkreis.de/Elternsprechtage-Check. Manchmal zeigt sich, dass außerschulische Förderung sinnvoll ist. „Auch für die Nachhilfe empfehlen wir Fachlehrerkontakte“, sagt Erik Hantusch, Leiter des Studienkreises Cottbus. „Vom Austausch des Nachhilfelehrers mit dem Lehrer der öffentlichen Schule können unsere Schüler nur profitieren.“ **Das Institut lädt Interessierte vom 02.11.2015 bis 6.11.2015 zu einer Beratungswoche ein.** Eltern erhalten Rat zu allen Fragen rund um Nachhilfe und häusliche Lernunterstützung.

Der Studienkreis

Der Studienkreis – ein Unternehmen des Münchner AURELIUS Konzerns – gehört zu den führenden privaten Bildungsanbietern in Deutschland. Das Unternehmen bietet qualifizierte Nachhilfe und schulbegleitenden Förderunterricht für Schüler aller Klassen und Schularten in allen gängigen Fächern. Die individuelle Förderung folgt einem wissenschaftlich belegten Lernkonzept. Es stärkt das Verantwortungsbewusstsein der

Schüler gegenüber ihren Lernern, verbessert das Vertrauen in ihre Fähigkeiten und hilft ihnen, ihr Potenzial zu entwickeln und zu entfalten. In seiner „Kinderlernwelt“ bietet der Studienkreis eine ganzheitliche Förderung für Grundschulkindern an. In Deutschlands größtem Service-Ranking wurde der Studienkreis 2013, 2014 und 2015 dreimal in Folge Branchengewinner in der Kategorie „Nachhilfeanbieter“.

Kontakt

Infos zur Nachhilfe

Studienkreis Cottbus, Altmarkt 20,
03046 Cottbus, T: 0355 3819814
M: info@studienkreis-cottbus.de
Beratungszeiten Mo-Fr 14 bis 17 Uhr
Cottbus: 0355 3819814
Forst: 03562 661728
Guben: 03561 2300
Hoyerswerda: 03571 402064
Senftenberg: 03573 73659
Spremberg: 03563 90014

 www.studienkreis.de



Sprich mit mir über den Tod

Tod und Trauer mit Kindern erleben

Inken Tonn (48), Erziehungs- und Familienberatungsstelle,
Jugendhilfe Cottbus gem. GmbH
Staatlich anerkannte Heilpädagogin, Kreative Kindertherapeutin (NIK)



Auch Kinder werden mit Tod, Verlust und Verlassen konfrontiert. Niemand kann sie davor schützen. Das wäre sogar schädlich für ihre Entwicklung. Kinder müssen lernen, mit der Vergänglichkeit umzugehen. Kinder wissen nicht von Anfang an, dass Menschen sterben. Dieses Verstehen ist eng an die kognitive Entwicklung geknüpft. Das umfassende Verständnis des sogenannten „reifen“ Todeskonzeptes wird von den Kindern erst in unterschiedlichen Altersstufen erreicht. Es kennzeichnet sich durch Irreversibilität (Endgültigkeit), Nonfunktionalität (Körperfunktionen, Sinne hören vollständig auf), Kausalität (Ursachenverständnis)

und Universalität (kein Leben ohne Tod). Kleine Kinder haben noch kein klares Verständnis von Raum und Zeit. Es besteht keine Angst vor dem eigenen Tod und bestimmte Menschen sind davon sogar ausgenommen, z.B. die eigenen Eltern. Erst ab einem Alter von etwa sechs Jahren erfassen Kinder die Irreversibilität und Universalität des Todes. Im Alter von neun bis zwölf Jahren hat sich das vollständige Todeskonzept entwickelt. Ab einem Alter von ca. 13 Jahren bedeutet der Tod nicht mehr nur das Ende des Lebens. Das Bewusstsein, dass es kein Leben ohne Tod gibt, regt intensive Auseinandersetzung mit diesem Thema an und wird als dialekti-

sche Notwendigkeit begriffen. Kinder trauern anders als Erwachsene. Entsprechend ihrer Entwicklungsstufe sind die zu beobachtenden Gefühle manchmal schwer zu verstehen. Während Erwachsene durch ein „Meer von Trauer“ gehen, trauern Kinder sozusagen „in Pfützen“. Die kindliche Psyche schützt sich so vor Überforderung. Lassen Sie sich jedoch nicht täuschen, wenn Kinder zwischendurch auch fröhlich oder unbeeindruckt scheinen. Diese „Pfützen“ sind nicht weniger tief als das „Meer von Trauer“ der Erwachsenen.

In einigen Fällen kann es zu sogenannten erschwerten Trauerreaktionen oder zu traumatischer Trauer kommen. Dann ist professionelle Hilfe notwendig, um den Kindern Wege zu zeigen, wie sie dieses Ereignis in ihr Leben integrieren können. Dafür stehen ausgebildete Fachkräfte in den Beratungsstellen zur Verfügung.

Literaturempfehlung:

„Die Liebe hört niemals auf“,
Ina M. König, Patmos 2009

Kontakt

Jugendhilfe Cottbus e.V. & gGmbH

Thiemstraße 39
03050 Cottbus
Telefon: (0355) 47 86 1 - 0
E-Mail: info@jhcb.de
www.jhcb.de

lausitzDADDY

Innenansichten eines verzweifelten Vaters



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



Die Rolle von uns Vätern hat sich in nur zwei Generationen fast ins Gegenteil verkehrt. Waren die Schnurrbartträger früher die Autoritätspersonen im Haushalt – immer mit einer klaren Ansage und manchmal auch mit einer starken Hand – so sind wir glattrasierten Väter heute doch eher so etwas wie zu groß geratene Spielkameraden unserer Kids. Das liegt sicher daran, dass wir als Männer uns wunderbar in eine Sache vertiefen können, wie früher beim Jagen oder heute beim Fernsehen und Herumwerkeln. Deshalb können wir uns auch viel besser in die Fantasiewelten unserer Kinder begeben als Frauen, die immer die ganze „Höhle“ im Blick behalten wollen. Leider manchmal auch zu sehr.

Der nasskalte Herbst verlagert die Spielaktivitäten ja wieder mehr aufs Wohnungsinnere, wo dann umso mehr Fantasie bei der Verwandlung des Kinderzimmers in einen Spielplatz gefragt ist. Meine Kleine spielt in letzter Zeit sehr gern „Krankenhaus“, das Arztfieber brach bei ihr nach einem Krankenhausbesuch zum Jahresbeginn aus. Seitdem ist auch „Greys Anatomie“ ihre Lieblingsserie im TV. Deshalb verwandeln wir ihr Zimmer immer wieder in eine Notaufnahme – diesmal mit überraschend realistischen Auswirkungen.

Ich stattete unser Hospital – als Chefarzt Derek Shepherd mit weißem Hemd und Namensschildchen – mit allem aus, was meine kleine Assistenzärztin sich wünschte. So hingen an der OP-Liege bald ein Tropf, gebastelt aus einer Trinkflasche, einem Stück Schlauch und der Halterung mit einer Besen-Bügel-Drahtkonstruktion, eine Beatmungsanlage und ein Defibrillator, das ist dieses Teil für Stromstöße bei einem Herzstillstand. Als besonderen Clou hatte ich auch noch meinen Laptop angeschlossen und bei

youtube ein Video von einem OP-Monitor samt Herzschlag, Puls und Atemfunktion heruntergeladen. Unser Junior gab den Patienten, der mal von einem Auto angefahren, mal aus dem Hubschrauber gefallen oder vom Zug überrollt worden war. Das Monitor-Video lief in einer Endlos-Schleife und machte alle zwei Minuten so richtig Alarm, sodass Chefarzt samt Assistenzärztin das ganze Programm aus Herzdruckmassage, Stromschocken und Adrenalinspritze ins Herz abspulen mussten, bis der Patient wieder einen Puls hatte. Imaginäres Blut spritzte umher, Körperteile mussten amputiert werden – unsere Notaufnahme hätte es mit jedem Horrorfilm aufnehmen können.

Ich steigerte mich mit meiner kleinen Assistenzärztin immer mehr in die Rolle der Lebensretter. Da passierte es. Als wir den Patienten ein weiteres Mal retten wollten, verfangen sich die Kabel, ähm Schnürsenkel des Defibrillators am Gestell des Tropfes, der umkippte und auf den Laptop zu stürzen drohte, den ich in aller Hektik retten wollte, woraufhin im Gewirr der OP-Geräte meine doch recht wacklige Gesamtkonstruktion zusammenbrach und nach dem Tropf auch noch der Laptop auf meinen Junior krachte. Der Patient war am Kopf getroffen und blutete diesmal wirklich. Wir hatten eine richtige Platzwunde in unserer Notaufnahme und Chefarzt Shepherd hatte die Hosen voll. Zum Glück war meine bessere Hälfte zu Hause und übernahm sofort die Regie. Sie kümmerte sich um die Erstversorgung des Patienten und machte ihn „transportfähig“, dann fuhr ich mit ihm sofort ins Krankenhaus. In aller Hektik hatte ich mir nicht mal eine Jacke übergeworfen. So kam ich in die Notaufnahme des Klinikums, mit weißem Kittel und großem Aufkleber „Chefarzt Derek Shepherd, Seattle Grace Hospital“. Die Schwestern staunten nicht schlecht und suchten wahrscheinlich nach der versteckten Kamera. Nachdem ich unsere Unfallgeschichte erzählte, waren wir aber die Attraktion auf der Station. Minütlich ging die Tür auf und Ärzte oder Schwestern fragten mich bestürzt, wie „Chefarzt Shepherd“ denn die Situation des Patienten einschätze. Wieder zu Hause, wurde die Notaufnahme von meiner besseren Hälfte erst einmal geschlossen. „Wer weiß, was sonst noch passiert“. Darauf fragte mich meine Kleine, ob wir dann nicht lieber Zombie spielen wollen. Das machte mir dann doch ein bisschen Angst.

Euer lausitzDADDY

SELGROS – Stark für Viele

Ein besonderer Markt für die Menschen der Region!



Vereine der Region sollten sich jetzt den Weihnachtsbonus im Cottbuser SELGROS-Markt sichern!

SELGROS – WAS IST DAS?

Viele Familien erledigen ihre wöchentlichen Einkäufe im REWE oder anderen Lebensmittelmärkten. Aber ganz sicher ist den meisten zumindest einmal das leuchtend rote Markenzeichen des Cottbuser SELGROS-Marktes mit dem geschwungenen Besteck und dem Zusatz „cash & carry“ aufgefallen. Cash & carry steht für Selbstbedienungsmärkte des Großhandels – sie sind den gewöhnlichen Lebensmittelmärkten durchaus ähnlich, nur dass sie viel weitläufiger sind, eine extrem große Produktvielfalt anbieten und viele Großpackungen, wie sie z.B. in der Gastronomie benötigt werden. Im Selgros können deshalb auch nur Gewerbetreibende, Vereine, Händler und dergleichen einkaufen gehen. Hier steht mit 50.000 Artikeln aus Food und Non Food eines der größten Sortimente im deutschen Handel zur Verfügung – von speziellen Ethno-Lebensmitteln, Premium-Rindersteaks aus Übersee, von exotischen über hochwertige Spirituosen, Käsespezialitäten und Trekkingfahrrädern bis zu Markisen. Will man SELGROS mit einem Wort beschreiben, wäre das wahrscheinlich: Großmarkt-Gastronomiefachgeschäft-Kaufhaus-Drogeriemarkt-Feinkostladen-Lebensmittel-Discounter.

STARK FÜR DIE SCHWACHEN

Der Cottbuser SELGROS steht für ein starkes soziales Engagement. Wie alle SELGROS-Märkte unterstützt er die Hilfsorganisation „Die Tafel e. V.“ mit

überschüssigen, aber qualitativ einwandfreien Lebensmitteln für sozial und wirtschaftlich benachteiligte Menschen.

VEREINE AUFGEFASST: BONUS SICHERN

SELGROS Cottbus hat auch ein großes Herz für Vereine: Jeder Verein kann sich hier mit Einkäufen einen Vereinsbonus erwirtschaften. **Vereine, die sich vor Weihnachten anmelden, erhalten einen Weihnachtsbonus.** Viele Karnevalsvereine der Region erhalten von SELGROS Unterstützung, Marketleiter Oliver Schneider zählt selbst zu den aktivsten Persönlichkeiten im Lausitzer Karnevalsgeschehen. Viele Vereine erhalten zudem Sachspenden wie Getränke oder Speisen für ihren Trainingsbetrieb. Diese Unterstützung ermöglicht Kindern und Jugendlichen bessere Perspektiven.

TERMINE

5.12 Moonlightshooting bis 24 Uhr, viele tolle Rabatte, Kinderschminken, Live Musik, Cocktailbar
28.12. Große Pyroshow am Markt mit Vorstellung des Feuerwerkssortiments, Speisen & Getränken

INFOS & KONTAKT

SELGROS Cash & Carry Cottbus
 Bärenbrücker Straße 2, 03042 Cottbus
 Telefon: 0355/75180
 Öffnungszeiten: Mo-Fr 6 bis 22 Uhr, Sa 7 bis 20 Uhr

AKTUELLE ANGEBOTE

Angebote für Kurse, Workshops und Freizeit bereichern den Alltag! Weitere Informationen erhalten Sie unter den jeweiligen Kontaktangaben. Unter www.lausebande.de/termine finden Sie weitere Angebote. Termine und Veranstaltungen ohne Gewähr.

Anfrage für Anzeigen bzw. Angebote unter: redaktion@lausebande.de



Kindertanz für Krümelkids

Kleine Tänzer und Tänzerinnen ab 3 Jahren können ab sofort im femella Tanzstudio in Cottbus an einem bereits bestehenden Tanzkurs teilnehmen. Der Spaß am Tanzen und die Förderung der Körperwahrnehmung stehen beim Training an erster Stelle. Derzeit sind noch zwei Plätze in der Krümelgruppe frei. Der Kurs findet jeweils am Montag um 16 Uhr statt. Nähere Infos gibt es im Internet und per Telefon.

VORANMELDUNG / TERMNABSPACHE!

Mareike Linzer 0176 / 62093840

Femella Tanzstudio

Bautzener Straße 13
03046 Cottbus

www.femella-cottbus.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.

Schnupperstunden sind nach Vereinbarung jederzeit möglich.

Academy of Music

Sandower Str. 56 - 58, 03046 Cottbus
Telefon: 0355 700 800

www.academy-of-music.de



Rückbildungskurs

BAUCH, BEINE UND PO!

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

VORANMELDUNG / TERMNABSPACHE!

Genia Tchingow 0177 / 63 29 221

Hebammenpraxis HEVIANNA

Rudolf-Breitscheid-Straße 79
03046 Cottbus

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

www.hebammenpraxis-hevianna.de

■ Familie

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

Soziokulturelles Zentrum und Kulturfabrik Hoyerswerda e. V

Alte Berliner Straße 26, 02977 Hoyerswerda,
 Tel.: 03571/9749049, kufa-hoyerswerda.de
 Jeden Montag: 16 - 17.30 Uhr Töpferwerkstatt
 für Kinder ab 9 Jahre. Interessenten können
 sich bei Katharina Elle anmelden
 Tel.: 03571/9749049.

■ Schwangerschaft & Baby academy of music

Sandower Straße 58, 03046 Cottbus,
 Tel.: 0355/700800 oder 23384
 Donnerstag: Babykurs Max und Mia „Ins Leben
 mit Musik“ 9.15-10 Uhr

Geburtshaus und Hebammenpraxis
 „Lichtblicke“ GbR Geschwister-Scholl-Str.42,
 03229 Altdöbern, Tel.: 035434/12302
 Babymassagekurse: finden nach Anmeldung
 und Terminabsprache statt (meist donners-
 tags Vormittag)

Rückbildungsgymnastik: jeden Dienstag je-
 weils um 9 Uhr und 10.30 Uhr statt. Natürlich
 können Sie die Babys mitbringen.

Geburtshaus Spremberg (Hebammenpraxis Kugelrund)

Freiberufliche Hebammen des Geburtshauses
 Dresdener Straße 7, 03130 Spremberg,
 Tel.: 03563/600371
montags: Schwangerenyooga 18 Uhr
 bei Voranmeldung,
dienstags von 16-17.30 Uhr Hebammen-
 sprechstunde (ab der 12. Woche)
 Geburtsvorbereitungskurs: 7 x 120 min
 - Angebot als Paar-Kurs und Frauenkurs



Kröger Gesundheitspassage

Hertzstraße 8 (Gewerbegebiet)
 03238 Massen-Niederlausitz
 RückenFit: ganzheitliches Körpertraining
 Freitag, 11 - 12 Uhr
 Mittwoch, 18:15 - 19:15 Uhr

Habammenpraxis Hevianna

Genia Tchingow - Rudolf-Breitscheid-Str. 79,
 03046 Cottbus, Geburtsvorbereitungskurse,
 Rückbildungsgymnastik, Babymassage, Still-

beratung-Wiegestunde, Mutter-Kind-Turnen,
 Yoga, Kurse nach Voranmeldung in der Heb-
 ammenpraxis.

Hebamme Bartoschek

www.hebamme-peitz.de,
 Handy: 0162-2876982
 Geburtsvorbereitungskurs: immer dienstags
 (6 Abenden à 2 Stunden) 18-20 Uhr, beim Fa-
 milien- und Nachbarschaftstreff des Paul Ger-
 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

Infoabend mit
 Kreislaufführung
04.11. | 02.12.
 19:00 Uhr



LAUSITZ
 KLINIK FORST

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

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

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

Regelmäßige Termine

Montag

Cottbus & Umland

Montagsfrühstück

10-12 Uhr | Sachsendorfer Eltern- und Familientreff

Familienhof im Zentrum mit Frühstücksbuffet

09-12 Uhr | Haus Haltestelle

Kochaktion

10 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Kolkwitz

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 Familienzentrum

Krabbelgruppe Zappeltreff

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

Eltern-Kind-Treff

12:30-18Uhr | Caritas Familienzentrum

Familienküche (1. und 3. Montag im Monat)

16:30-18:30 Uhr | Jugendberatungs- & Familienzentrum „Haus Jule“ Cottbus

Spreewald

Babymassage

14 Uhr | Physiotherapie der Spreewaldklinik Lübben

Krabbelgruppe

Sportraum Kita „Pustebblume“ 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 | Freizeit- und Familientreff Spremberg

Eltern-Kind-Gruppe

8 – 12 Uhr | Haus der Familie Guben

Spiel und Spaß mit kleinen Strolchen

8 – 12 Uhr | Naemi Wilke Stift Guben

Eltern- Kind- Gruppe

9- 12 Uhr | Familientreff Döbern

Wonneproppen

– Krabbelgruppe

10- 12 Uhr | Familientreff Groß Schacksdorf

Muttitreff & Elterncafé

13- 15 Uhr | Familientreff Döbern

Villa Kunterbunt

– kreatives Gestalten

14- 15.30 Uhr | Familientreff

Groß Schacksdorf

Kinderaerobic

14.30 Uhr | Haus der Familie Guben

Hausaufgabenhilfe

14 Uhr | Fabrik e.V. – Zippel Guben

Hausaufgabenhilfe

13.30 – 14.30 Uhr | Heilsarmee Guben

Familiencafé

14- 15 Uhr | Freizeit- und Familientreff Spremberg

Eltern- Kind- Gruppe

15- 16 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Welzow

Kindertanzen 15.30 & 16.30 Uhr | Mehrgenerationenhaus Forst

Miniclub 1, 2, 3 – Sport & Spielangebot

16- 17.30 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Welzow (Mehrzweckhalle Welzow)

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

Elterncafé

10:30-11:30 Uhr | Caritas Familienzentrum

Familienfrühstück

10 – 12 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Paul-Gerhard-Werk Cottbus

Hausaufgabenstunde

13-16 Uhr | Haus SoVi e.V. Cottbus

Elterncafé

14-17 Uhr | Eltern Kind Zentrum Cottbus

Eltern-Kind-Sport

9.30-10.30 Uhr | Caritas Familienzentrum

Elter-Kind-Gruppe

15.30 – 16.30 Uhr | SOS Kinderdorf Familientreff

„Punkt“ Cottbus

Fitness-Mix

16.30-17.30 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Kolkwitz

Kreativer Kindertanz (von 4-6 Jahre)

16.45-17.30 | femella Studio Cottbus

Kreativwerkstatt

16 – 18 Uhr | Jugendberatungs- & Familienzentrum „Haus Jule“ Cottbus

Spree-Neiße

Eltern-Kind-Gruppe

8 – 12 Uhr | Haus der Familie Guben

Eltern- Kind- Gruppe

8- 12 Uhr | Freizeit- und Familientreff Spremberg

Eltern- Kind- Gruppe

8- 12 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Welzow

Krabbelgruppe mit Brunch

9-10 Uhr | Mehrgenerationenhaus Forst

Eltern- Kind- Gruppe

8- 12 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Welzow

Eltern-Kind-Gruppe

8 – 12 Uhr | Haus der Familie Guben

Krabbelgruppe

10 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Peitz

Musik- & Theaterwerkstatt

13- 15 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Welzow

Kreativangebot & Musikalischer Nachmittag (14tägiger Wechsel)

13- 16 Uhr | Familientreff Döbern

Lernstübchen

Termin n. Vereinbarung | Haus der Familie Guben

Lesemäuse

14.30- 15 Uhr | Familientreff Groß Schacksdorf

Fit von klein auf – Sport, Tanz & Fitness

15- 16 Uhr | Freizeit- und Familientreff Spremberg

Singzwerge & Tanzalarm

15- 16 Uhr | Familientreff Groß Schacksdorf

Nachhilfe

15.30 – 17 Uhr | Mehrgenerationenhaus Forst

Hopsassa 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

Stillcafee 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 | Schimhalle Finsterwalde

Frühstückstreff für junge

Muttis 9-12 Uhr | Mehrgenerationenhaus Südtreff Hoyerswerda

Mittwoch**Cottbus & Umland**

Familienfrühstück 9.30 – 12.00 Uhr | Caritas Familienzentrum

Baby- und Kleinkindtreff

09.30 – 12 Uhr | Sachsendorfer Eltern- und Familientreff

Kochaktion Ab 10 Uhr | Familien- und Beratungszentrum Paul-Gerhard-Werk Kolkwitz

Rehasport 13.30-14.30 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff 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

Eltern-Kind-Turnen

16-17 Uhr | Kolkwitzcenter

Familienküche (1. und 3. Mittwoch im Monat)

16:30-18:30 Uhr | Jugendberatungs- & Familienzentrum „Haus Jule“ Cottbus

Familienhof im Zentrum

15-18 Uhr | Haus Haltestelle

Eltern-Kind-Turnen

16-17 Uhr | Kolkwitzcenter

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**Eltern-Kind-Gruppe** 8-12 Uhr | Freizeit- und Familientreff Spremberg**Eltern-Kind-Gruppe**

8-12 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Welzow

Eltern-Kind-Gruppe

8.30-12 Uhr | Familientreff Döbern

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

Termin nach Vereinbarung | Haus der Familie Guben

Elternquasseelecke

12-15 Uhr | Familientreff Döbern

Familiencafé

14-15 Uhr | Freizeit- und Familientreff Spremberg

Schulgarten AG

14 Uhr | Familientreff Forst

Töpfern für Kinder

15 Uhr | Haus der Familie Guben

Familienstammtisch

15-17 Uhr | Familientreff Groß Schacksdorf

Treff Kunterbunt & Familienstammtisch

15-18 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Welzow

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** 9.30-12.00 Uhr | Caritas Familienzentrum**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**Eltern-Kind-Treff**

12.30-18.00 Uhr | Caritas Familienzentrum

Spielenachmittag (Jeden 4. Donnerstag im Monat)

14.30-17.30 Uhr | SoVi e.V.

Familienhof im Zentrum

15-18 Uhr | Haus Haltestelle

Hip Hop Tanz (von 7-10 Jahren)

16.30 Uhr | femella Studio Cottbus

Hip Hop Tanz (10-14 Jahren)

17.45-18.45 Uhr | femella Cottbus

Spree-Neiße**Quasselknirpse – Sprachentwicklung** 8 – 12 Uhr | Naemi Wilke Stift Guben**Eltern-Kind-Gruppe**

8-12 Uhr | Freizeit- und Familientreff Spremberg

Eltern-Kind-Gruppe

8-12 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Welzow

Eltern-Kind-Gruppe

8.30-12 Uhr | Familientreff Döbern

Elternfrühstück

9-12 Uhr | Familientreff Döbern

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

Lern- und Spielwerkstatt

13- 15 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Welzow

Hausaufgabenhilfe 13.30 – 14.30 Uhr | Heilsarmee Guben

Spiel, Sport & Entspannung 14- 17 Uhr | Familientreff Döbern

Körperfitness für Muttis

14- 15 Uhr | Familientreff Groß Schacksdorf

Maleratelier

15 Uhr | Haus der Familie Guben

Theaterwerkstatt & Lesecafé

15 16 Uhr | Freizeit- und Familientreff Spremberg

Kindersport 15- 17 Uhr | Familientreff Groß Schacksdorf

Offener Spielnachmittag

15 – 17 Uhr | Mehrgenerationenhaus Forst

Bauch-Beine-Po & Co

18 Uhr | „Alte Dorfschule“ Welzow

Spreewald

Frühstücksbrunch für Groß und Klein

9.30-12 Uhr | Familien- und Beratungszentrum Burg/Spreewald

Kindersport (von 4-6 Jahren)

15-16 Uhr | Turnhalle Werben

Informationsabend im Kreissaal

(Jeden 2. Dienstag)
20 Uhr | Kreissaal Spreewaldklinik Lübben

Mittlere Lausitz

Klein- und Kleinstkindschwimmen 16.15 – 17.30 Uhr | Schwimmhalle Finsterwalde

Frühstückstreff für junge

Muttis 9-12 Uhr | Mehrgenerationenhaus Südtreff Hoyerswerda

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

Krabbelgruppe

15.30 - 17 Uhr | Mehrgenerationenhaus „Ise“ Großbräschen

Freitag

Cottbus & Umland

Ganztags Offenes Haus

mit wechselnden Angeboten
Familien- und Beratungszentrum

Paul-Gerhard-Werk Cottbus

Krabbelgruppe 9 – 11 Uhr |

Eltern Kind Zentrum Cottbus

Familiencafé 9.30 – 12 Uhr |

Caritas Familienzentrum

Kochen & Backen

15.30 Uhr | SandowKahn 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

Eltern- Kind- Gruppe

8- 10 Uhr | Freizeit- und Familientreff Spremberg

Fitness für Muttis

09.30 Uhr | „Alte Dorfschule

Welzow“

Eltern- Kind- Gruppe

9- 12 Uhr | Familientreff Döbern

Familienfrühstück (jeden 2. und 4. Freitag im Monat)

9- 11 Uhr | Familien- und Nachbarschaftstreff Welzow

Elternfrühstück

9- 11 Uhr | Familientreff Groß

Schacksdorf

Fitness für Muttis

9.30- 10.30 | Familien- und

Nachbarschaftstreff Welzow

Eltern- Kind- Gruppe

10- 13 Uhr | Familien- und Nach-

barschaftstreff 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

(14täglich

in jeder ungeraden KW)

16.30-18.30 Uhr | Schwimmhalle

Forst

Spreewald

Babyschwimmen

9-10.30 Uhr | Spreewelten Bad

Lübbenau

Kindersport (von 3 – 4 Jahre)

16.30 – 17.30 | Turnhalle Burg

Samstag

Cottbus & Umland

Kinderreiten

10-12 Uhr | Reitstall Sielow

Spree-Neiße

Babyschwimmen

10-12 Uhr | Schwimmhalle Forst

Spielnachmittag

13.30-16 Uhr | Schwimmhalle Forst

Mittlere Lausitz

1. Gruppe Babyschwimmen

9-10 Uhr | Lausitzbad Hoyerswerda

2. Gruppe Babyschwimmen

9.30-10.30 Uhr | Lausitzbad

Hoyerswerda

Kleinkindschwimmen

10.15-10.45 Uhr | Lausitzbad

Hoyerswerda

Sonntag

Cottbus & Umland

Kinderreiten

10-12 Uhr | Reitstall Sielow

Familiensonntag

(Jeden 1. Sonntag im Monat)

14-17 Uhr | Lagune Cottbus

Keramik-Café

(mit Voranmeldung)

15 – 18 Uhr | Keramikwerkstatt

Möbert (jeden 2. und 4. Sonntag)

Familienbrunch

11.30-13 Uhr | Lindner Congress

Hotel / Restaurant Primo Cottbus

24 h Saunieren

20. - 21. November

Lagune Sielow



So, 1.11

Cottbus & Umland

■ **Ausstellungen & Führungen**

Architekturführung durch das Große Haus 10:00 | Staatstheater Cottbus (Großes Haus)

■ **Sport & Freizeit**

Welt Vegan Tag im PiPaPo 10:00 | Indorspielplatz PiPaPo (Cottbus)

■ **Dies & Jenes**

Theaterbrunch im dkw. 10:30 | dkw. Kunstmuseum Dieselkraftwerk Cottbus

Peter Pan - Das Musical 15:00 | Stadthalle Cottbus

■ **Bühne & Kultur**

2. Philharmonisches Konzert 19:00 | Staatstheater Cottbus (Großes Haus)

Büffel im Schlafrock

19:00 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

Premiere: fast Faust

19:00 | Piccolo-Theater

Spreewald

■ **Kurse & Workshops**

Spreewälder Kräutermanufaktur: Fisch-Werkstatt 10:00 | Spreewälder Kräutermanufaktur

■ **Bühne & Kultur**

Geschichte und Geschichten der Spreewaldbahn 12:00 | Heimatstube Burg

Café Melansch 16:00 | Bunte Bühne Lübbenau

Spree-Neiße

■ **Sport & Freizeit**

7. Mountainbike Hobbyrennen in Teichland 10:00 | Erlebnispark Teichland

■ **Treffs & Feste**

Großer Fischzug 10:00 | Hüttenwerk Peitz

Außerhalb

■ **Kurse & Workshops**

Ein Chamäleon im Labor 10:00 | Extavium

■ **Treffs & Feste**

Kürbisschlachtestef 14:00 | Spargel- und Erlebnishof Klaistow

Nordsachsen

■ **Treffs & Feste**

Halloweenparty 14:00 | Kinder-Spiel-Land Görlitz

Mittlere Lausitz

■ **Dies & Jenes**

Irland - Dia-Vortrag 16:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Mo, 2.11

Mittlere Lausitz

■ **Bühne & Kultur**

Der Essotiger 9:30 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Studiowoche

- **Geheime Freunde** 19:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Cottbus & Umland

■ **Bühne & Kultur**

fast FAUST 10:00 | Piccolo-Theater

■ **Sport & Freizeit**

Sport, Spiel & Kreatives vom 02.-30.11.2015

14:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

offenes Zirkustraining/Balance mit den Harlekids

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ **Dies & Jenes****Jahreskreis „Samhain“**

16:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Di, 3.11

Mittlere Lausitz

■ **Bühne & Kultur**

Der Essotiger 9:25 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Der Essotiger

11:20 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Studiowoche

- **Goethe die Show**

19:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

■ **Dies & Jenes****Star-Wars-Read-Day**

10:00 | Brigitte Reimann Bibliothek Hoyerswerda

■ **Kurse & Workshops**

Kreißaalinfo-Abend und Geschwisterkurs

16:00 | Klinikum Niederlausitz

Kreißaalinfo-Abend

18:00 | Klinikum Niederlausitz

Cottbus & Umland

■ **Sport & Freizeit****Hockey Kids**

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ **Kurse & Workshops**

Kursstart „Tatzipall“ 16:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Linsengericht - AG Kochen

16:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ **Film & Kino**

25. FilmFestival Cottbus – Festival des osteuropäischen Films

19:00 | Staatstheater Cottbus (Großes Haus)

Spreewald

■ **Bühne & Kultur**

Auf einmal wird der Mücke schlecht ...

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Mi, 4.11

Cottbus & Umland

■ **Bühne & Kultur****fast FAUST**

10:00 | Piccolo-Theater

Milliarden Sonnen

14:30 | Raumflugplanetarium Cottbus

Die ALMA-Planetariumsshow

16:30 | Raumflugplanetarium Cottbus

■ **Treffs & Feste****Laternenfest**

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ **Sport & Freizeit****Relaxen, Quatschen, Lachen**

15:30 | Frauenzentrum „Lila Villa“

offenes Zirkustraining/Jonglage mit den Harlekids

18:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ **Kurse & Workshops**

Kursstart „Selbstverteidigung“

20:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Spree-Neiße

■ **Dies & Jenes****Elternakademie - Thema:****Sauberkeitserziehung**

16:30 | Familien- und Nachbarschaftstreff Forst

■ **Kurse & Workshops**

Bad der Sinne: Schönheit und Entspannung pur

17:00 | Archäotechnisches Zentrum (ATZ) Welzow

Mittlere Lausitz

■ **Bühne & Kultur****Studiowoche - Tschick**

19:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Do, 5.11

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Filzen auf Seide

14:00 | Schau-Handwerkshof Burg/Spreewald

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Jules Verne 15:00 | Raumflugplanetarium Cottbus

Wie einst im Mai

19:30 | Staatstheater Cottbus (Theaterscheune)

Zu Gast - Dr. Jörg Vogel - ... und mindestens einmal Sex pro Jahr!

19:30 | TheaterNative C

■ Kurse & Workshops

AG Trommeln

17:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ Sport & Freizeit

Tischtennis im Saal

20:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Bühne & Kultur

Studiwoche

- **Out gefangen im Netz**

19:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Fr, 6.11

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Konzert für Minis

9:30 | Staatstheater Cottbus (Kammermusiksaal im Probenzentrum)

Ich habe Bryan Adams geschreddert

19:30 | Staatstheater Cottbus (Großes Haus)

■ Sport & Freizeit

offenes Zirkustraining/Einrad mit den Harlekids

18:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Bühne & Kultur

Studiwoche

10:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Shakespeares sämtliche Werke (leicht gekürzt)

19:30 | NEUE BÜHNE Senftenberg

■ Sport & Freizeit

Familientag im Wonnemar

10:00 | Erlebnisbad Wonnemar Bad Liebenwerda

Nordsachsen

■ Dies & Jenes

Kinderakademie: Die Verborgene Welt – das Leben unter unseren Füßen

16:00 | Senckenberg Museum für Naturkunde Görlitz

Spreewald

■ Treffs & Feste

8. Lübbenauer Paulaner-Fest

18:00 | Gasthaus und Hotel

Spreewalddeck

Einkaufsnacht im Feuerzauber - in der Altstadt Lübbenau

18:00 | Lübbenau

■ Bühne & Kultur

Auf einmal wird der Mücke schlecht ...

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

1. Luckauer Nacht der Talente

21:00 | Schlossberg Luckau

Spree-Neiße

■ Dies & Jenes

Reise zu den Falklandinseln

19:00 | Stadtbibliothek Guben

Sa, 7.11

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt Hoyerswerda

9:00 | Hoyerswerda Festplatz am Gondelteich

■ Bühne & Kultur

35 Jahre Traumzauberbaum

15:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Zwei Genies am Rande des Wahnsinns

19:30 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Cottbus & Umland

■ Dies & Jenes

Viehmarkt Trödel Cottbus

9:00 | Viehmarkt Cottbus

■ Bühne & Kultur

Tabaluga und die Zeichen der Zeit

15:00 | Raumflugplanetarium Cottbus

Ferne Welten - Fremdes Leben

16:30 | Raumflugplanetarium

Cottbus

„Ein Leben lang!“

19:00 | Piccolo-Theater

Die süßesten Früchte -

Komödie

19:30 | TheaterNative C

Gräfin Mariza

19:30 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

Kammerkonzert: Verweile

doch, du bist so schön

20:00 | Staatstheater Cottbus

(Kammermusiksaal im Probenzentrum)

Spreewald

■ Sport & Freizeit

Kinder-Flohmarkt im Kolosseum

9:00 | Kolosseum Lübbenau

■ Kurse & Workshops

Glasmosaik selbst fertigen

10:00 | Gläserne Werkstatt

■ Treffs & Feste

8. Lübbenauer Paulaner-Fest

18:00 | Gasthaus und Hotel

Spreewalddeck

Nacht der 1000 Lichter

18:00 | BHG Handelszentrum

Luckau

Spree-Neiße

■ Kurse & Workshops

Kleine Schriftkunde

11:00 | Gut Geisendorf

Außerhalb

■ Bühne & Kultur

Irische Nacht

19:30 | Filmpark Babelsberg

So, 8.11

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Trödelmarkt Hoyerswerda

9:00 | Hoyerswerda Festplatz am

Gondelteich

3. Geschichtsbörse OSL

10:00 | Stadthalle Calau

■ Bühne & Kultur

Zwei Genies am Rande des

Wahnsinns

16:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Außerhalb

■ Treffs & Feste

Großer Familien-Flohmarkt

9:00 | Spargel - und Erlebnishof

Klaistow

■ Ausstellungen & Führungen

Tutanchamun die Ausstellung -

Der Mosaik Familientag

10:00 | Zeitenströmung Dresden

Cottbus & Umland

■ Ausstellungen & Führungen

Architekturführung durch das

Große Haus

10:00 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

■ Bühne & Kultur

„Ein Frosch in Afrika“

11:00 | Raumflugplanetarium

Cottbus

Die Brüder Löwenherz

15:00 | Piccolo-Theater

Pippi Langstrumpf

16:00 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

Tonfilmschlager und Schnulzen

19:00 | Staatstheater Cottbus

(Theaterscheune)

„Ein Leben lang!“

19:00 | Piccolo-Theater

Nordsachsen

■ Bühne & Kultur

Akrobatik-Workshop

14:30 | Kulturinsel Einsiedel

Spreewald

■ Bühne & Kultur

Verhörte Hörer. Es gilt das versprochene Wort.

16:00 | Bunte Bühne Lübbenau

Mo, 9.11

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

offenes Zirkustraining/Balance mit den Harlekids

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Brettspiele

16:30 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Di, 10.11

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Die Brüder Löwenherz

9:30 | Piccolo-Theater

Angstmän

10:00 | Piccolo-Theater

Barbara Knabe liest... Sultan und Kotzbrocken

10:00 | Stadt- und Regionalbibliothek Cottbus

Papagenos Zauberflöte

10:00 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

Von Fröschen, Sternen und Planeten

15:00 | Raumflugplanetarium

Der dressierte Mann

19:30 | Staatstheater Cottbus (Theaterscheune)

Schwanensee

19:30 | Staatstheater Cottbus (Großes Haus)

■ Sport & Freizeit

Relaxen, Quatschen, Lachen

15:30 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Hockey kids

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Akis und Nibis Polarabenteuer gelesen von David Maddox

17:00 | Karate-Do e.V. Hoyerswerda

Spreewald

■ Bühne & Kultur

Wir feiern rein!

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Mi, 11.11

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Die Brüder Löwenherz

9:30 | Piccolo-Theater

Angstmän

10:00 | Piccolo-Theater

Nathans Kinder

10:00 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

„Ein Frosch in Afrika“

15:00 | Raumflugplanetarium Cottbus

Jules Verne 16:30 | Raumflugplanetarium Cottbus**Nathans Kinder**

19:00 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

■ Kurse & Workshops

Landart mit Herbstmaterialien - AG Kreativ

16:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ Sport & Freizeit

offenes Zirkustraining/Jonglage mit den Harlekids

18:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Party & Konzert

Philipp Poisel | Akustisch

20:00 | Stadthalle Cottbus

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Kreativnachmittage zum Advent!

10:00 | Heimatmuseum Dissen

■ Treffs & Feste

Karneval-Auftakt in die 5. Jahreszeit

11:11 | Kolosseum Lübbenau

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Traditionelles Martinsangessen

13:00 | Erlebnishof Kasper

KEHRAUS
15.11.
12-20UHR
ENERGIEFABRIK KNAPPENRODE:
LAUSITZER BERGBAUMUSEUM
www.SAECHSISCHES-INDUSTRIEMUSEUM.de

DER RÄUBER
HOTZENPLOTZ
NEUE BÜHNE
SENFTENBERG
Ab 14. November 2015

Do, 12.11

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Die Brüder Löwenherz

9:30 | Piccolo-Theater

Angstmän

10:00 | Piccolo-Theater

Der Mond auf Wanderschaft

15:00 | Raumflugplanetarium

Cottbus

Sonnenallee

19:30 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

■ Sport & Freizeit

Tischtennis im Saal

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Dies & Jenes

Kinderuni: Spieltheorie – Oder die Frage: Warum tun wir, was wir tun!?

15:00 | Audimax 2

15:00 | BTU Cottbus Zentrales

Hörsaalgebäude/Audimax

■ Kurse & Workshops

AG Trommeln

17:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Spree-Neiße

■ Kurse & Workshops

Kinderbekleidung uns Kreatives nähen

10:00 | Kreisvolkshochschule

Spree-Neiße Forst

Nähstübchen: Eltern nähen

Weihnachtsgeschenke für ihre

Kinder

16:00 | Familien- und Nachbarschaftstreff Forst

■ Treffs & Feste

Martinstag mit Lampionumzug

16:00 | Kirche Jänschwalde

Spreewald

■ Ausstellungen & Führungen

Zeugen der Vergangenheit

– Neues aus der Landesarchäologie

10:00 | Slawenburg Raddusch

■ Kurse & Workshops

Fitzen auf Seide

14:00 | Schau-Handwerkshof Burg/

Spreewald

Mittlere Lausitz

■ Bühne & Kultur

Dr. Mark Benecke On Tour 2015

19:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda

e.V.

Fr, 13.11

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Pippi Langstrumpf

10:00 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

Hommage an einen großen

Biertrinker

19:30 | Staatstheater Cottbus

(Kammerbühne)

Geheimnis Dunkle Materie

20:00 | Raumflugplanetarium

Cottbus

Paul Panzer

20:00 | Stadthalle Cottbus

Sounds of the Universe

21:30 | Raumflugplanetarium

Cottbus

■ Sport & Freizeit

Mädchenstammtisch „Mond

und Märchen“

15:30 | Frauenzentrum „Lila Villa“

offenes Zirkustraining/Einrad

mit den Harlekids

16:00 | Familienhaus der Jugend-

hilfe Cottbus

Abends in die Bibliothek – mit

Papa

18:00 | Stadt- und Regionalbibli-

othek Cottbus

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

5. Lausitzer Modellbau

14:00 | Niederlausitzhalle

Senftenberg

Exkursion zu den Müllwer-

kern der Remondis GmbH

Großbräschen

16:00 | Remondis Brandenburg

GmbH

Spreewald

■ Bühne & Kultur

Weiberlist Macht Männerlust

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Spree-Neiße

■ Bühne & Kultur

Peter Vollmer – „Wenn Männer

zu sehr 40 werden“

20:00 | Gasthaus „Zum Dorfkrug“

Bagenz

Wolfgang Lippert - liest,

erzählt und singt

20:00 | Fabrik e.V.

Sa, 14.11

Nordsachsen

■ Sport & Freizeit

Safari durch das Reservat –

Seeadler, Wolf und Co. auf der

Spur 6:00 | Biosphärenreservat

Oberlausitzer Heide- und Teich-

landschaft

Spree-Neiße

■ Dies & Jenes

Vogelbörse

8:00 | Flugplatz Drewitz

5. Ausbildungsmesse in Peitz

9:00 | Oberschule Peitzer Land

Exkursion zur Cristalica GmbH

Döbern

10:00 | Cristalica GmbH Döbern

Gubener Produktmesse

10:00 | Alte Färberei Guben

■ Treffs & Feste

Karneval in Peitz

20:11 | Peitz

Mittlere Lausitz

■ Kurse & Workshops

Experimentieren: Magnete

bewegen die Welt

9:00 | BTU Cottbus-Senftenberg

Campus Senftenberg

■ Dies & Jenes

Offene Modellbahnwerkstatt

10:00 | Energiefabrik Knappenrode

Spieltheorie – oder die Frage:

Warum tun wir, was wir tun!?

- Gebäude 11

11:00 | BTU Cottbus-Senftenberg

Campus Senftenberg

5. Lausitzer Modellbau

14:00 | Niederlausitzhalle

Senftenberg

■ Bühne & Kultur



Der Räuber Hotzenplotz

16:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

■ Sport & Freizeit

24. Internationales Tanzturnier

19:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Wellness- und Saunathemen-

abend - All Inclusive

19:30 | Erlebniswelt Krauschwitz

Außerhalb

■ Sport & Freizeit

Eröffnung des Strohballenla-

byrinths

9:00 | Spargel- und Erlebnishof

Klaistow

Frühstück mit Kasper

9:30 | Spargel- und Erlebnishof

Klaistow

■ Bühne & Kultur

Irische Nacht

19:30 | Filmpark Babelsberg

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Offene Probe des Schauspiels

10:00 | Staatstheater Cottbus
(Großes Haus)

„Ein Frosch in Afrika“

15:00 | Raumflugplanetarium
Cottbus



**Vorhang auf ... Die große
Piffikus-Gala mit Tanz, Ge-
sang, Artistik und Kabarett**

16:00 | Stadthalle Cottbus

Von der Erde zum Universum

16:30 | Raumflugplanetarium
Cottbus

Shockheaded Peter

19:30 | Staatstheater Cottbus
(Großes Haus)

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Glasmosaik selbst fertigen

10:00 | Gläserne Werkstatt

■ Bühne & Kultur

**Lesung in der Saunawelt „An-
ekdoten zur Stadtgeschichte“**

18:30 | Spreewelten

■ Treffs & Feste

**Karneval-Auftakt in die 5.
Jahreszeit**

20:00 | Kolosseum Lübbenau

So, 15.11

Mittlere Lausitz

■ Dies & Jenes

Offene Modellbahnwerkstatt

10:00 | Energiefabrik Knappenrode

5. Lausitzer Modellbau

14:00 | Niederlausitzhalle
Senftenberg

■ Treffs & Feste

Kehraus - Markt und Musik

12:00 | Energiefabrik Knappenrode

■ Bühne & Kultur

Wintermärchen 2 - Der goldene

Taler 15:30 | Kufa Hoyerswerda

Cottbus & Umland

■ Sport & Freizeit

**Kleinfeld-tennisturnier für
Anfänger und Fortgeschrittene**

10:00 | Sportpark Cottbus

■ Bühne & Kultur

Der Mond auf Wanderschaft

11:00 | Raumflugplanetarium
Cottbus

Pippi Langstrumpf

11:00 | Staatstheater Cottbus
(Großes Haus)

Angstmän

15:00 | Piccolo-Theater

Der dressierte Mann

19:00 | Staatstheater Cottbus
(Theaterscheune)

Elektra

19:00 | Staatstheater Cottbus
(Großes Haus)

Frida Kahlo

19:00 | Staatstheater Cottbus
(Kammerbühne)

Nichts verpassen!

Alle aktuellen News der
Region unter
www.lausebande.de

Naturheilkonto

bonus fit²

Reiseschutz

IKK Kids



IKKBB
www.ikkbb.de

Ihr schneller Kontakt

Service-Center Kolkwitz:
Karsten Pusch
Tel.: (03 55) 29 11-116

Stadtbüro Cottbus:
Jürgen Bönsch
Tel.: (03 55) 29 11-115



Beitrag
nur
15,2%



Spreewald

■ **Kurse & Workshops**
Schüleruni - science academy
- Vegetarisches Schlachtfest rund um den Kürbis
 10:00 | Spreewälder Kräutermanufaktur

■ **Bühne & Kultur**
Operette zum Kaffee
 16:00 | Bunte Bühne Lübbenau

Nordsachsen

■ **Sport & Freizeit**
Eine tierische Angelegenheit
 14:30 | Kulturinsel Einsiedel

Mo, 16.11

Cottbus & Umland

■ **Sport & Freizeit**
offenes Zirkustraining/Balance mit den Harlekids
 16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ **Kurse & Workshops**
AG Cyberangels
 16:30 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ **Bühne & Kultur**
Montag – Der Theatertreff
 20:00 | Staatstheater Cottbus (Foyer der Kammerbühne)



Mittlere Lausitz

■ **Bühne & Kultur**
Thomas Freitag - Der kaltwütige Herr Schüttlöffel
 20:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Di, 17.11

Cottbus & Umland

■ **Bühne & Kultur**
Papagenos Zauberflöte
 10:00 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

Mit Professor Photon durchs Weltall
 15:00 | Raumflugplanetarium Cottbus

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

■ **Kurse & Workshops**
Herbstgemüse - AG Kochen
 16:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Mittlere Lausitz

■ **Kurse & Workshops**
Kreißaalinfo-Abend und Geschwisterkurs
 16:00 | Klinikum Niederlausitz

Kreißaalinfo-Abend
 18:00 | Klinikum Niederlausitz

Spreewald

■ **Bühne & Kultur**
Celtic Cousins
 19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Mi, 18.11

Mittlere Lausitz

■ **Bühne & Kultur**
Romeo und Julia
 10:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

■ **Dies & Jenes**
Adventsbasteln mit Naturmaterialien
 14:00 | Naturschutzstation Friedersdorf

Cottbus & Umland

■ **Bühne & Kultur**
Papagenos Zauberflöte
 10:00 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

Star Wars Reads Day
 14:00 | Stadt- und Regionalbibliothek Cottbus

Weißt du welche Sterne stehen...?
 16:30 | Raumflugplanetarium Cottbus

■ **Sport & Freizeit**
Relaxen, Quatschen, Lachen
 15:30 | Frauenzentrum „Lila Villa“

offenes Zirkustraining/Jonglage mit den Harlekids
 18:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Spreewald

■ **Dies & Jenes**
Elternakademie- Thema: Bindung durch Berührung
 16:00 | Familien- und Nachbarschaftstreff Forst

■ **Kurse & Workshops**
Bad der Sinne: Schönheit und Entspannung pur
 17:00 | Archäotechnisches Zentrum (ATZ) Welzow

Do, 19.11

Cottbus & Umland

■ **Film & Kino**
Märchenhafter Orient
 9:30 | Weltspiegel Cottbus

■ **Bühne & Kultur**
Der Mond auf Wanderschaft
 15:00 | Raumflugplanetarium Cottbus

Jochen Kowalski & das Salonorchester „Unter'n Linden“
 19:30 | Staatstheater Cottbus (Großes Haus)

■ **Sport & Freizeit**
Tischtennis im Saal
 15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Kurse & Workshops

AG Trommeln
 17:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ **Dies & Jenes**
Benefizkonzert des Kinderschutzbund
 19:00 | Piccolo-Theater

Spreewald

■ **Bühne & Kultur**
Märchen aus der arabischen Welt: Der Dieb von Bagdad
 10:00 | Stadtbibliothek Guben

■ **Kurse & Workshops**
Nähstübchen: Eltern nähén Weihnachtsgeschenke für ihre Kinder
 16:00 | Familien- und Nachbarschaftstreff Forst

Spreewald

■ **Kurse & Workshops**
Filzen auf Seide
 14:00 | Schau-Handwerkshof Burg/Spreewald

Fr, 20.11

Cottbus & Umland

■ **Dies & Jenes**
Vorlesetag
 8:00 | Fröbel-Grundschule

■ **Bühne & Kultur**
Bundesweiter Vorlesetag
 10:00 | Stadt- und Regionalbibliothek Cottbus

Büffel im Schlafrock
 19:30 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

Wie einst im Mai
 19:30 | Staatstheater Cottbus (Theaterscheune)

Weißt du welche Sterne stehen...?
 20:00 | Raumflugplanetarium Cottbus

3. Philharmonisches Konzert
 20:00 | Staatstheater Cottbus (Großes Haus)

■ Sport & Freizeit

“Herbst in Branitz“ Exkursion
15:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“



24 h Schwimmen & Saunieren
16:00 | Sport- und Freizeitbad
Lagune Cottbus
**offenes Zirkustraining/Einrad
mit den Harlekids**
16:00 | Familienhaus der Jugend-
hilfe Cottbus

Mittlere Lausitz**■ Sport & Freizeit**

Spietag im Kurmärker
13:00 | Kurmärker-Saal
Großbräschen

■ Treffs & Feste

Schlachtfest an der F60
18:00 | Besucherbergwerk F60

■ Bühne & Kultur

Elvis, der King und ich
19:30 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Spreewald**■ Bühne & Kultur**

Männerträume
19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Außerhalb**■ Bühne & Kultur**

Irische Nacht
19:30 | Filmpark Babelsberg

Sa, 21.11**Außerhalb****■ Bühne & Kultur**

**Kleintierschau beim Kleintier-
züchterverein Schipkau e.V.**
9:00 | Schipkau

Irische Nacht

19:30 | Filmpark Babelsberg

Mittlere Lausitz**■ Sport & Freizeit**

23. Braunsteichlauf
10:00 | KiEZ Braunsteich

■ Dies & Jenes

Indoor-Geschenke-Markt
11:00 | Kaiserkrone Brieske

■ Treffs & Feste

Schlachtfest an der F60
12:00 | Besucherbergwerk F60

Cottbus & Umland**■ Bühne & Kultur**

**Lesestartgeschichten und eine
Bastelei für Dreijährige**
10:00 | Stadt- und Regionalbiblio-
thek Cottbus

Alcina

19:30 | Staatstheater Cottbus
(Großes Haus)

Tierisch – Menschlich

19:30 | Staatstheater Cottbus
(Theaterscheune)

Karat akustisch

20:00 | Stadthalle Cottbus

**24 h Schwimmen & Saunieren**

Sport- und Freizeitbad Lagune
Cottbus

Spreewald**■ Kurse & Workshops**

Glasmosaik selbst fertigen
10:00 | Gläserne Werkstatt

■ Sport & Freizeit

Saunaabend Lichternacht
18:30 | Spreewelten

Spree-Neiße**■ Sport & Freizeit**

**Internationales Schlittenhun-
derennen in der Bergstraße**
10:00 | Bergstraße Spremberg

■ Bühne & Kultur

**Offene Lesebühne im ATZ:
Kreativköpfe aus der Region
lesen aus ihren Geschichten &
Gedichte**

17:00 | Archäotechnisches Zentrum
(ATZ) Welzow

**Lesung mit Eberhard Görner
und Gojko Mitić**

20:00 | Fabrik e.V.

So, 22.11**Außerhalb****■ Bühne & Kultur**

**Kleintierschau beim Kleintier-
züchterverein Schipkau e.V.**
9:00 | Schipkau

Cottbus & Umland**■ Ausstellungen & Führungen**

**Architekturführung durch das
Große Haus**

10:00 | Staatstheater Cottbus
(Großes Haus)

■ Bühne & Kultur

Didi und Dodo im Weltraum
11:00 | Raumflugplanetarium
Cottbus

Premiere: Aschenputtel

15:00 | Piccolo-Theater
**Die süßesten Früchte -
Komödie**

16:00 | TheaterNative C

3. Philharmonisches Konzert
19:00 | Staatstheater Cottbus
(Großes Haus)

**Die süßesten Früchte -
Komödie**

19:00 | TheaterNative C

**Meier Müller Schulz oder Nie
wieder einsam!**

19:00 | Staatstheater Cottbus
(Kammerbühne)

Wie einst im Mai

19:00 | Staatstheater Cottbus
(Theaterscheune)

Spree-Neiße**■ Sport & Freizeit**

**Internationales Schlittenhun-
derennen in der Bergstraße**
10:00 | Bergstraße Spremberg

Nordsachsen**■ Bühne & Kultur**

**Bilderreise durch das Turisedi-
sche Jahr**
14:30 | Kulturinsel Einsiedel

Mittlere Lausitz**■ Film & Kino**

**Kinderkino „Die Biene Maja -
der Kinofilm“**
15:30 | Turmvilla Bad Muskau

■ Bühne & Kultur

Der Räuber Hotzenplotz
16:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Spreewald**■ Bühne & Kultur**

Lebe, liebe, lache
16:00 | Bunte Bühne Lübbenau

Mo, 23.11**Cottbus & Umland****■ Sport & Freizeit**

**offenes Zirkustraining/Balance
mit den Harlekids**
16:00 | Familienhaus der Jugend-
hilfe Cottbus

In die Röhre geschaut

16:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Di, 24.11**Cottbus & Umland****■ Bühne & Kultur**

Aschenputtel
9:00 | Piccolo-Theater

Mucki-Konzert

9:30 | Staatstheater Cottbus (Kammermusiksaal im Probenzentrum)
„Ein Frosch in Afrika“

15:00 | Raumflugplanetarium
Cottbus

■ Sport & Freizeit

Hockey kids

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Relaxen, Quatschen, Lachen

20:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Mittlere Lausitz

■ Bühne & Kultur

Der Räuber Hotzenplotz

10:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Spreewald

■ Bühne & Kultur

Wenn die Kerzen heller brennen...

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Mi, 25.11

Mittlere Lausitz

■ Bühne & Kultur

Der Räuber Hotzenplotz

9:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Der Räuber Hotzenplotz

11:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Aschenputtel

9:00 | Piccolo-Theater

Mit Professor Photon durchs

Weltall 15:00 | Raumflugplanetarium Cottbus

Tabaluga und die Zeichen der

Zeit 16:30 | Raumflugplanetarium Cottbus

Offene Probe der Oper

19:00 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

Francesco

19:30 | Staatstheater Cottbus (Großes Haus)

■ Treffs & Feste

Weihnachtsmarkt der tausend Sterne in Cottbus 25.11.-23.12.

11:00 | Cottbus

■ Kurse & Workshops

Weihnachtskarten - AG Kreativ

15:30 | Frauenzentrum „Lila Villa“

■ Sport & Freizeit

offenes Zirkustraining/Jonglage mit den Harlekids

18:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Kreativnachmittage zum

Advent!

10:00 | Heimatmuseum Dissen

Spree-Neiße

■ Kurse & Workshops

Adventsgestecke aus dem Wald

17:00 | Archäotechnisches Zentrum (ATZ) Welzow

Do, 26.11

Mittlere Lausitz

■ Bühne & Kultur

Der Räuber Hotzenplotz

9:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Der Räuber Hotzenplotz

11:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Aschenputtel

9:00 | Piccolo-Theater

Mucki-Konzert

9:30 | Staatstheater Cottbus (Kammermusiksaal im Probenzentrum)

Von der Erde zum Universum

15:00 | Raumflugplanetarium Cottbus

Don't Worry, Be Lucky!

19:30 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

Tonfilmschlagler und Schnulzen

19:30 | Staatstheater Cottbus (Theaterscheune)

Chippendales - „Get Lucky“

Tour 2015

20:00 | Stadthalle Cottbus

■ Sport & Freizeit

Tischtennis im Saal

15:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Kurse & Workshops

Adventsgeschenke basteln

15:30 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Außerhalb

■ Treffs & Feste

Dresdner Striezelmarkt

26.11.-24.12.

10:00 | Altmarkt Dresden

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Weihnachtswerkstatt für

Adventsfloristik im Atelier am

GLEIS 3

13:00 | Lübbenaubrücke / Gleis 3

Filzen auf Seide

14:00 | Schau-Handwerkshof Burg/Spreewald

Spree-Neiße

■ Kurse & Workshops

Nähstübchen: Eltern nähren

Weihnachtsgeschenke für ihre

Kinder

16:00 | Familien- und Nachbarschaftstreff Forst

Fr, 27.11

Mittlere Lausitz

■ Bühne & Kultur

Der Räuber Hotzenplotz

9:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Der Räuber Hotzenplotz

11:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Amazing Grace - Ein Chormusical

von Andreas Malessa

19:30 | Lausitzhalle Hoyerswerda

■ Treffs & Feste

Weihnachtsmarkt in Lauchhammer

17:00 | Lauchhammer

BADEPASS in der Erlebniswelt!



Nordsachsen

■ Treffs & Feste

Bautzener Wenzelsmarkt

27.11.-20.12.

10:00 | Bautzen

Spreewald

■ Treffs & Feste

Weihnachtsmarkt Beeskow

10:00 | Beeskow

■ Kurse & Workshops

Weihnachtswerkstatt für

Adventsfloristik im Atelier am

GLEIS 3

13:00 | Lübbenaubrücke / Gleis 3

■ Bühne & Kultur

Pension Spreewald

19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Cottbus & Umland

■ Dies & Jenes

Vorbereitung Adventsmarkt

15:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Würfel, Kugel und Co. – Geometrie, Körper und optische

Täuschungen - Lesung im

Lehrgebiet Geometrie

16:00 | BTU Cottbus

■ Sport & Freizeit

offenes Zirkustraining/Einrad

mit den Harlekids

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

MILONGA

20:30 | Piccolo-Theater

■ Bühne & Kultur

Die Favoritin (La Favorite)

19:30 | Staatstheater Cottbus (Großes Haus)

Sa, 28.11

Spree-Neiße

■ Treffs & Feste

Spremberger Lichterfest 2015

9:00 | Spremberg

Weihnachtsmarkt Museumsdorf Baruther Glashütte

11:00 | Museumsdorf Baruther Glashütte

Spremberger Lichterfest 2015

14:00 | Spremberg

Weihnachtsmarkt in Drachhausen

14:00 | Drachhausen

Weihnachtsmarkt Heinersbrück

15:00 | Heinersbrück

■ Dies & Jenes

Adventsmarkt in Drehnow

15:00 | Drehnow

■ Bühne & Kultur

Adventssingen in Heinersbrück

16:00 | Evangelische Kirche

Heinersbrück

Außerhalb

■ Treffs & Feste

Adventsmarkt bis 23.12.9:00 | Spargel- und Erlebnishof
Klaistow**Weihnachtsmarkt Müllrose**

11:00 | Müllrose

Spreewald

■ Kurse & Workshops

Glasmosaik selbst fertigen

10:00 | Gläserne Werkstatt

■ Treffs & Feste

Lübbarer Adventsmarkt

10:00 | Lübbenau/Spreewald

Weihnachtsmarkt Beeskow

10:00 | Beeskow

Weihnachtsmarkt Luckau

10:00 | BHG Handelszentrum

Luckau

Spreealdweihnacht - Freilandmuseum Lehde

10:30 | Freilandmuseum Lehde

Spreealdweihnacht - Großer Spreealdhafen

10:30 | Großer Spreealdhafen Lübbenau

Weihnachtsmarkt Vetschau

13:00 | Schlosspark Vetschau

Weihnachtsmarkt Gehren

14:00 | Gehren

■ Bühne & Kultur

Adventsmusik der Posauenchöre des Kirchenkreises Niederlausitz

18:00 | Paul-Gerhardt-Kirche

Lübben

Adventskonzert mit den Luckauer Cantemus-Chor

20:00 | Kolosseum Lübbenau

Cottbus & Umland

■ Treffs & Feste

Branitzer Weihnacht & Trödelmarkt

11:00 | Branitzer Park

■ Dies & Jenes

Nachtflohmarkt

15:00 | Messe Cottbus

■ Bühne & Kultur

Papagenos Zauberflöte

18:00 | Staatstheater Cottbus

(Kammerbühne)

Bunbury oder Von der Notwendigkeit, Ernst zu sein

19:30 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

■ Kurse & Workshops

Schüleruni - science academy - Brennender Weihnachtsbaum

20:00 | BTU Campus Sachsendorf

So, 29.11

Mittlere Lausitz

■ Kurse & Workshops

Fabrik im Advent

10:00 | Energiefabrik Knappenrode

■ Treffs & Feste

2. Dörrwalder**Weihnachtsmarkt**

11:00 | Dörrwalder Mühle

Weihnachtsmarkt in Lauchhammer

12:00 | Lauchhammer

Weihnachtsmarkt

14:00 | Krabat Mühle Schwarzkollm e.V.

Weihnachtsmarkt auf dem Dorfplatz Schwarzkollm

14:00 | Hoyerswerda

Kinderweihnachtsmarkt

14:30 | Kaiserkrone Brieske

■ Bühne & Kultur

Spreealdweihnacht - Freilandmuseum Lehde

10:30 | Freilandmuseum Lehde

Spreealdweihnacht - Großer Spreealdhafen

10:30 | Großer Spreealdhafen

Lübbenau

Weihnachtsmarkt Straupitz

11:00 | Straupitz

Weihnachtsmarkt Vetschau

13:00 | Schlosspark Vetschau

Weihnachtsmarkt Gehren

14:00 | Gehren

■ Bühne & Kultur

Pension Spreeald

16:00 | Bunte Bühne Lübbenau

Weihnachtslesung auf Schloss Lübbenau

20:00 | Schloss Lübbenau

Tatort Bunte Bühne

20:15 | Bunte Bühne Lübbenau

**Der Räuber Hotzenplotz**

16:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Die Mausefalle

19:30 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Märchenhaftes Foucault

20:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Pippi Langstrumpf

11:00 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

Premiere: Kalif Storch

15:00 | Piccolo-Theater

Pippi Langstrumpf

16:00 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

■ Treffs & Feste

Branitzer Weihnacht & Trödelmarkt

11:00 | Branitzer Park

Nichts verpassen!

Alle aktuellen News der Region unter
www.lausebande.de



■ Sport & Freizeit

Walzer & Co - Das Tanzvergnügen im WerkEins
19:00 | Fabrik e.V.

Mo, 30.11

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Aschenputtel

9:00 | Piccolo-Theater

Kalif Storch

9:30 | Piccolo-Theater

Don't Worry, Be Lucky!

19:30 | Staatstheater Cottbus

(Kammerbühne)

Dietmar Wischmeyer

20:00 | Stadthalle Cottbus

■ Sport & Freizeit

offenes Zirkustraining/Balance mit den Harlekids

16:00 | Familienhaus der Jugendhilfe Cottbus

■ Kurse & Workshops

Relaxen, Quatschen, Lachen

16:00 | Frauenzentrum „Lila Villa“

Mittlere Lausitz

■ Bühne & Kultur

Der Räuber Hotzenplotz

10:00 | NEUE BÜHNE Senftenberg

Der Nussknacker

19:30 | NEUE BÜHNE Senftenberg

■ Ausstellungen & Führungen

Weihnachten in Zoo und Schloss Hoyerswerda

20:00 | Zoo Hoyerswerda

Spree-Neiße

■ Dies & Jenes

Nikolaus Stiefel bis zum 5.12.

abgeben und Überraschung bekommen

10:00 | Gut Neu Sacro

Di, 1.12

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Pippi Langstrumpf

10:00 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

„Ein Frosch in Afrika“

15:00 | Raumflugplanetarium

Cottbus

Sonnenallee

19:30 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

Mittlere Lausitz

■ Kurse & Workshops

Kreißaalinfo-Abend und

Geschwisterkurs

16:00 | Klinikum Niederlausitz

Kreißaalinfo-Abend

18:00 | Klinikum Niederlausitz

Mi, 2.12

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Pippi Langstrumpf

10:00 | Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

Mit Professor Photon durchs

Weltall

15:00 | Raumflugplanetarium

Cottbus

Jules Verne

16:30 | Raumflugplanetarium

Cottbus

Spree-Neiße

■ Kurse & Workshops

Sterne, Tannenbaum & Co. –

Weihnachtsbasteln im ATZ

16:00 | Archäotechnisches Zentrum

(ATZ) Welzow

Do, 3.12

Mittlere Lausitz

■ Treffs & Feste

Romantischer Weihnachts-

markt Weißwasser bis 6.12.

12:00 | Weißwasser

Cottbus & Umland

■ Bühne & Kultur

Von der Erde zum Universum

15:00 | Raumflugplanetarium

Cottbus

■ Dies & Jenes

Kinderuni: Mit der Wärmebild-

kamera den nicht sichtbaren

Dingen auf der Spur - Audimax

2

15:00 | BTU Cottbus Zentrales

Hörsaalgebäude/Audimax

Spree-Neiße

■ Kurse & Workshops

Nähstüchen: Eltern nähren

Weihnachtsgeschenke für ihre

Kinder

16:00 | Familien- und Nachbar-

schaftstreff Forst

Keine Ahnung wohin?

Lauseplätze
durchstöbern unter
www.lausebande.de

lausebande ist Teil der



WWW.LAUSITZ-MEDIEN.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.U.)
Redaktion: Annette Raab, Katrin Löder,
Jens Taschenberger
redaktion@lausebande.de
Terminredaktion: Leo Löder
termine@lausebande.de
Anzeigenleitung: Jens Taschenberger
Telefon: 0355/289252-20
E-Mail: jt@zweihelden.de
Anzeigenpreisliste: Nr. 1/2011 vom 17.2.2011
SETZ/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.

lausebande erscheint jeweils am Monatsanfang. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte

Manuskripte und Bilder wird keine Gewähr übernommen. Rücksendungen oder die Beantwortung sonstiger Zuschriften kann nur erfolgen, wenn ausreichend Porto beiliegt.

www.lausebande.de

lausebande ist Mitglied der familienban.de

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



lausebände

Das Familien- und Elternmagazin

Ausgabe Lausitz November 2015 kostenfrei

Impfen Ein Ratgeber und Plädoyer zur bevorstehenden Impfsaison
Vattenfall Schul-Cup Das größte Schulsportereignis der Lausitz startet
Feriencamp mit Huskys Jetzt den Traum kleiner Hundefreunde sichern!

Bruno Ganz
Anuk Steffen
Katharina Schüttler
Peter Lohmeyer

Heidi!



AB 10. DEZEMBER IM KINO

www.heidi.studiocanal.de [Facebook.de/Heidi.Film](https://www.facebook.com/Heidi.Film)