

**Jens Gasch**  
AUTOMOBILE

**Audi A7 55 TFSI S tronic „quattro“ S-Line**  
EZ 03/2018, 84.796 km, 250 kW (340 PS), 7-Gang S-Tronic, S-Line-Sportpaket Plus, adaptiver Fahr-, Geschwindigkeits-, Ausweich- u. Abbiegeassistent, Notfallassistent mit autom. Notruf, HD-Matrix LED-Scheinwerfer, LED-Heckleuchten mit dynam. Blinklicht, MMI Navigation Plus / MMI Touch, Virtual Cockpit (digitales Kombiinstrument), Premium Soundsystem Bang & Olufsen, Rückfahrkamera, Multifunktionskamera, Verkehrszeichenerkennung (Kamera), Innenausstattung in Leder/Alcantara-Ausführung, Sportsitze mit el. Lendenwirbelstützen, Sport-Leder-Multifunktionslenkrad mit Schalt paddels, 4-Zonen Klimautomatik, Ambiente-Lichtpaket, el. Heckklappe, el. Panorama-Glasdach mit Sonnenschutz, Einparkhilfe Plus, Sportfahrwerk (15 mm tiefer), LM-Räder 21", Mild-Hybrid-Technologie

**49.900 €**

Finanzierung und Inzahlungnahme Ihres Fahrzeuges zu fairen Konditionen garantiert.

**Paul-Gruner-Straße 12a · 09120 Chemnitz**  
Tel. 0371 5204490 · jensgasch-automobile@t-online.de

**VIELE NEUE ANGEBOTE**

in unserem beiliegenden Magazin entdecken.

**Beilagenhinweis**

Dieser Prospekt liegt nur einer Teilausgabe bei – wir bitten um freundliche Beachtung.

**Netto**  
Marken-Discount

„SCHLINGEL“-Team bei Berlinale dabei

**Chemnitz/Berlin.** Seit Donnerstag laufen die 73. Internationalen Filmfestspiele Berlin. Mit vor Ort ist dabei auch erneut das Team des Internationalen Filmfestivals für Kinder und junges Publikum SCHLINGEL. Dieses organisiert als eines der Highlights der diesjährigen Berlinale am 18. Februar eine Abendveranstaltung in der Vertretung des Freistaates Sachsen. In diesem Zuge findet auch die Verleihung der 12. Filmawards der Europäischen Kinderfilmvereinigung statt.

**OB lädt zur Sprechstunde ein**

**Zentrum.** Oberbürgermeister Sven Schulze lädt am Donnerstag (9. März) von 16 bis 18 Uhr, zur Bürgersprechstunde ein. Interessierte können sich bis zum 27. Februar, 16 Uhr unter der Telefonnummer 0371 488 1512 oder per E-Mail an buergerbuero@stadt-chemnitz.de anmelden.

**Reichsstraße: Verkehr eingeschränkt**

**Zentrum.** Auf der Reichsstraße kommt es ab Montag (20. Februar) zwischen W-Oertel-Straße und Weststraße zu einer Fahrbahnbeschränkung.

## Abgesagt!

„Kosmos“-Festival findet nicht statt - Veranstalter legt Pause ein



Mehr als 50.000 Besucher lockte das „Kosmos“ vergangenes Jahr in die Chemnitzer Innenstadt. In diesem Jahr wird es das Festival nicht in gewohnter Form geben.

**Chemnitz.** Wie die Chemnitzer Wirtschaftsförderung CWE mitteilte, soll das beliebte Innensadtatvent „Kosmos“, das im vergangenen Jahr über 50.000 Besucher anlockte, dieses Jahr nicht stattfinden. Der Veranstalter wolle pausieren, um im nächsten Jahr mit einer größeren Ausgabe an den Start zu gehen. Geplant sei dann ein zweitägiges Programm mit Konzerten,

Kultur und Diskussionsrunden - die Generalprobe für 2025, wie Sören Uhle, Geschäftsführer der Chemnitzer Wirtschafts- und Entwicklungsgesellschaft sagt. Für das Kulturhauptstadtjahr wolle man für die Veranstaltung sogar auf drei Tage gehen. Ganz untätig sind die „Kosmos“-Macher in diesem Jahr allerdings nicht. Am 9. Juni wird die Kosmos Conference durchge-

führt. Hier sollen erste Ergebnisse, weitere Prozesse besprochen und Lern- und Diskussionsmöglichkeiten geboten werden.

Was ist Ihre Meinung zum Ausfall des „Kosmos“, liebe Leserinnen und Leser? Teilen Sie uns diese mit. Schreiben Sie uns an [redaktion.chemnitz@wochenendspiegel.de](mailto:redaktion.chemnitz@wochenendspiegel.de)

## Vorsicht vor dieser Betrugsmasche

Falsche Johanniter in Chemnitz unterwegs

**Chemnitz.** Die Johanniter-Unfall-Hilfe warnt vor Betrugern, die sich als Johanniter ausgegeben. Dem Kreisverband Erzgebirge sind derzeit Fälle bekannt, in denen falsche Spendensammler im Namen der Hilfsorganisation unterwegs sind oder am Telefon ver-

suchen Menschen reinzulegen, so passiert in der vergangenen Woche in Chemnitz. „Die Johanniter bitten grundsätzlich nicht um Barespenden, weder am Telefon, an der Haustür oder auf der Straße“, rät Michal Jende, Mitarbeiter der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. in

Aue. „Lassen Sie sich bei zweifelhaften Bittstellern unbedingt den Dienstaussweis zeigen.“

Wie Sie erkennen, dass eine seriöse Hilfsorganisation an der Haustür klingelt, lesen Sie auf Seite 3.

**Alexander Dierks**

**Stark für Chemnitz im Landtag**

Markt 4 | 0911 Chemnitz | 0371 695 79 819  
[alexanderdierks@st.sachsen.de](mailto:alexanderdierks@st.sachsen.de)

**AUSBILDUNGSHELD.de**

**Für Ihre Pinwand!**

**DB-RECYCLING**  
Ihr Metall- u. Schrotthandel in Rochlitz  
09306 ROCHLITZ · Schützenstraße 6  
Telefon: 03737/78 64 315 · Funk: 0162/89 38 850

Zahle **100 €** für Ihr Altauoto!  
Tel. 0 37 37/78 64 315 oder 01 71/9 27 77 77

✓ Kostenlose Abholung  
✓ Kostenlose Abmeldung des Fahrzeuges mit Nachweis  
Aktuelle Ankauf Preise finden Sie unter: [www.dein-schrottplatz.de](http://www.dein-schrottplatz.de)

**WIR VERKAUFEN BRENNHOLZ**  
09306 Königsfeld  
Transport möglich  
0162/8938850

**99 €/SRM**

## Elastografie-basierte Schmerztherapie mit fokussierten Stoß- und Magnetwellen

Schmerzen des Bewegungsapparates werden von entzündeten Triggerpunkten verursacht. Sie liegen in den Muskeln und Faszien und verursachen akute, aber auch chronische Schmerzen. Akute Schmerzen lassen sich durch entzündungshemmende Medikamente kontrollieren, chronische Schmerzen aber nicht. Zusätzlich können die Schmerzen durch unterschiedliche Körperposition wie Sitzen oder Stehen verstärkt werden. In der Ultraschall-Elastografie zeigen sich die positionsabhängigen Triggerpunkte, die behandelt werden müssen.

### ULTRASCHALL-ELASTOGRAFIE

Um zu erkennen, in welcher Körperposition die Triggerpunkte am aktivsten sind, untersucht man z. B. die Rückenmuskeln im Stehen und Sitzen und vergleicht die Steifigkeitswerte, die in kPa angegeben sind. Je härter, d. h. je aktiver ein Triggerpunkt ist, um so höher ist der kPa-Wert. Dabei werden die Bilder in jeder Position miteinander verglichen.

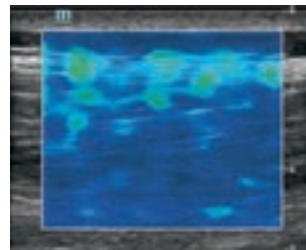
### Die Therapie mit fokussierten Stoß- und Magnetwellen

Die Triggerpunkt-Stoßwellentherapie hat sich als Therapie der ersten Wahl durchgesetzt. Studien zeigen, dass die Stoßwellentherapie der Injektionsbehandlung von Triggerpunkten mit

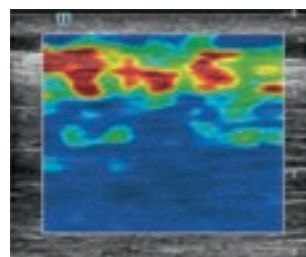
einem Lokalanästhetikum überlegen ist. Die fokussierte repetitive periphere Magnetstimulation mit dem Super Inductive System (SIS) ist eine Alternative zur Stoßwelle. Sie ist völlig schmerzfrei und kann selbst bei Kindern eingesetzt werden.

### Triggerpunkt-Beschwerden

Triggerpunkte verursachen Kopf-, Nacken-, Schulter-, Arm-, Rücken-, Ischias-, Bein- und Gelenkschmerzen. Schmerzen des ganzen Körpers, wie Fibromyalgie, können über die Behandlung der Triggerpunkte erfolgreich behandelt werden. Außer Schmerzen sind Triggerpunkte auch für Kribbeln, Taubheit, Muskelkrämpfe und Schwächegefühl verantwortlich.



Elastogramm der Lendenregion (L3) im Stehen. Blaue Regionen sind weich, mittelharte Triggerpunkte der Rückenfaszie erscheinen grün-gelb.



Elastogramm der Lendenregion (L3) im Sitzen. Sehr harte Triggerpunkte der Rückenfaszie erscheinen rot-braun.



Ultraschall-Elastografie des Trapezmuskels

■ Trigger-Osteopraktik nach Prof. Dr. Bauermeister ■ Diagnostikzentrum für Ultraschall-Elastografie ■ Faszientherapie ■ Stoßwellentherapie | Triggerpunkt- Stoßwellentherapie ■ Naturheilverfahren | Sportphysiotherapeutische Betreuung

## Fuß- und Radweg gesperrt

**Zentrum.** Seit Mitte der Woche müssen sich Fußgänger und Radfahrer der Zschopauer Straße auf Verkehrseinschränkung an der Bahnhofstraße einstellen. Hier bleibt die Überquerung bis 1. März voll gesperrt. Grund dafür ist der aktuelle Umbau des Knotens Zschopauer Straße/Bahnhofstraße. Die Fuß-

gänger und Radfahrer können deshalb nicht wie sonst üblich direkt am Knotenpunkt umgeleitet werden, sondern sie werden über einen etwas weiteren Umweg über die gegenüberliegende Seite der Bahnhofstraße (am eins-Gebäude) und den Knotenpunkt Bahnhofstraße/Brückenstraße geleitet. **red**

## Havarie auf der Barbarossastraße

**Kaßberg.** Die Barbarossastraße muss aufgrund einer Wasserhavarie bis Samstag (18. Februar,) zwischen Agricolastraße/Gerhart-Hauptmann-Platz und Rudolf-Breitscheid-Straße voll gesperrt werden. Die damit einhergehenden Reparaturarbeiten werden im o. g. Zeitraum vom Unternehmen RAC

Rohrleitungsbau Alchemnitz GmbH im Auftrag der inetz (eins) durchgeführt. Der Individualverkehr wird umgeleitet über Weststraße – Reichsstraße bzw. Ulmenstraße – Zwickauer Straße. Die Umleitung der Linienbusse führt über die Weststraße – Reichsstraße – Zwickauer Straße. **red**

## Hier wird ein neues Gremium gewählt

**Gablenz/Yorckgebiet.** Die Bürgerplattform MitteOst ruft zur Wahl auf. Für die Stadtteile Gablenz und Yorckgebiet soll es bald ein neues Gremium geben. Gewählt wird dieses am 20. März. Jeder der in Gablenz / Yorckgebiet wohnt oder sich z.B. in einem ansässigen Verein oder Bürgerinitiative einbringt bzw. dessen Tätig-

keitsfeld auf die beiden Stadtteile fällt, kann sich als Kandidat aufstellen lassen und auch als Wähler kommen. Anmeldefrist für die Kandidaten ist der 5. März. Mehr Infos gibt es unter [www.bpf-mitteost.de](http://www.bpf-mitteost.de), auch per Email an [kontakt@bpf-mitteost.de](mailto:kontakt@bpf-mitteost.de) oder via Telefon 0179 / 21 71 092 beim Koordinator Oliver Treydel. **red**

ANZEIGE

## Mit einem cleveren System zu einem trockenen Haus



- kein Aufgraben
- Trockenhaltung für mehrere Jahrzehnte
- Energiebedarf pro Tag 3 Cent
- allgemein wissenschaftlich anerkannt
- schnelle Abtrocknung
- günstige Lösung
- Sperrebene unter dem Haus

**Bis Ende März '23: Preise von 2019 sichern**

**Drymat® Systeme GmbH**

Dresdner Straße 24  
09577 Niederwiesa

(03726) 720560  
[www.drymat.de](http://www.drymat.de)



## Gymnasium soll bis 2025 erweitert werden

**Kaßberg.** Der Chemnitzer Stadtrat hat in seiner letzten Sitzung vergangenen Mittwoch (8. Februar) die Erweiterung des bestehenden Hauses II des Karl-Schmidt-Rottluff-Gymnasiums im Stadtteil Kaßberg beschlossen. Der Neubau in Massivbauweise soll die Vierzügigkeit sicherstellen und darüber hinaus die Mensa und die Küche im Innenhofbereich neu ordnen. Die geplanten Kosten belaufen auf insgesamt 11,5 Millionen Euro, wobei die Stadt Chemnitz mit einem Eigenanteil von rund 8,3 Millionen Euro plant. Vorgezogen ist eine Bauzeit von zweieinhalb Jahren. Bereits in den Winterferien wurde diese Woche mit den bauvorbereitenden Arbeiten begonnen. **red**

## Geringer Wasserdruck in einigen Haushalten

**Stadtgebiet.** Wie der Chemnitzer Energieversorger eins informiert, kommt es am 22. Februar zwischen 7 Uhr und 15 Uhr in den Stadtgebieten Hilbersdorf, Ebersdorf und Glösa aufgrund von Wartungsarbeiten an einer Fernwasserleitung zu reduziertem Wasserdruck oder Druckmangel. Betroffen sind besonders die höher gelegenen Gebiete in diesen Stadtteilen. **red**

## Biathlon statt NoKo

Weltmeister und Olympiasieger Eric Frenzel schreibt im WochenENDspiegel

Von Eric Frenzel

Die Ergebnisse des Oberstdorfer Weltcups haben das Drehbuch für die nächsten Tage vorgegeben. Uns allen war klar, dass wir im Springen schlicht Optimierung brauchen, wenn man um die vorderen Plätze mitreden will. So war die Entscheidung nach relativ kurzer Diskussion gefallen: ein paar Tage Regeneration in Flossenbürg zu Hause bei der Familie, Streichung der Teilnahme am Schonacher Weltcup, erneute Anreise nach Oberstdorf, um in weiteren Sprungtrainings herauszufinden, an welchen Rädchen gedreht werden muss, um Weiterverbesserungen zu erzielen. Also Biathlon statt Nordische Kombination. Während sich meine kombinierenden Teamkollegen den Anstiegen im Schwarzwald widmeten, lag ich entspannt auf dem heimischen Sofa, um die Verfolgungsrennen der Biathleten bei Damen und Herren bei der Heimweltmeisterschaft in Oberhof anzuschauen, um festzustellen, dass die Norweger auch in dieser Disziplin das derzeitige Maß der Dinge sind.

Meine Sprünge bieten von der äußerlichen Analyse her wenig Ansatzpunkte zur Kritik; die Absprünge kommen in der Regel pünktlich, die Flugphase sieht kompakt und gut aus und doch lassen die Resultate oft zu wünschen übrig. Für Oberstdorf rücken somit umfangreiche Materialtest in den Fokus: vom Ski über die Bindung zum Schuh. Wir werden jede Komponente mit Alternativen durchtesten und so schnell feststellen, welche Änderungen wir materialtechnisch herbeiführen sollten- Try and Error auf der Schanze, in der Hoffnung etwas Zielführendes zu finden. Das kann sehr schnell gehen und ich bin wirklich gespannt darauf, auf welche Wege uns diese Tests führen werden. Um ehrlich zu sein, war ich in meiner Karriere schon des Öfteren in dieser Situation, dass wir kurz vor einer entscheidenden Meisterschaft Tage zuvor noch intensiv am Testen waren – deshalb betrachte ich die Dinge mit Gelassenheit und freue mich auf die nächsten Tage sehr.



Nach einem sportiven TV-Wochenende wird wieder gepackt, um nach vierstündiger Fahrt von Flossenbürg aus wieder in den Talschluss der Oberstdorfer Alpen zu fahren und kurz vor der Einfahrt ins Kleinwalsertal wie schon so oft in dieser Saison im Hotel Oberstdorf einzuchecken.



## Medizin

ANZEIGE



## Schmerzen bekämpfen – doppelt so schnell!

Egal, ob Kopfschmerzen, Rückenschmerzen oder Gelenkschmerzen – Schmerzgeplagte haben meist denselben Wunsch: Den Schmerz schnell zu bekämpfen! Die Lösung für viele Betroffene bietet das innovative Schmerzmittel **Spalt Forte (rezeptfrei)**. Erstmals in Europa bietet Spalt Forte 400 mg **Ibuprofen** in einer einzigartig patentierten Flüssigkapsel an, die die Wirkung von Ibuprofen beschleunigt und verstärkt. Außerdem

belegten Wissenschaftler, dass Spalt Forte **doppelt so schnell** vom Körper aufgenommen wird und **mehr Wirkstoff** ins Blut gelangt als bei anderen Ibuprofen-Schmerztabletten. Begeisterte Anwender berichten: „Ich nehme immer dieses Präparat, wenn ich eine Schmerztablette benötige. Durch den Flüssigwirkstoff wirken sie schneller als andere Präparate.“ Fragen auch Sie in der Apotheke gezielt nach Spalt Forte.

- ▶ Doppelt so schnelle Aufnahme des Wirkstoffs vom Körper
- ▶ Rezeptfrei

Für Ihre Apotheke:  
**Spalt Forte**  
(PZN 00793839)

[www.spalt-online.de](http://www.spalt-online.de)



# Was bei Schlafstörungen wirklich hilft

## So starten Sie morgens wieder erholt in den Tag

**Der Morgen bricht an und Sie fühlen sich immer noch so müde wie am Vorabend? Damit sind Sie nicht allein: Schlafstörungen haben sich hierzulande zu einer Volkskrankheit entwickelt! Etwa 7 von 10 Deutschen leiden unter Durchschlafproblemen. Seit über 65 Jahren ist Baldriparan – Stark für die Nacht für viele das Mittel der Wahl. Schließlich beschleunigt das pflanzliche Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern unterstützt auch das Durchschlafen<sup>1</sup> – und das ohne abhängig zu machen.**

Mehr als die Hälfte der Deutschen hat aktuell Probleme beim Einschlafen und rund 70% leiden unter Durchschlafproblemen. Keine gute Nachricht: Betroffene kämpfen mit anhaltender Müdigkeit oder Erschöpfung und sind

am Tag gereizt und unkonzentriert. Vielen sieht man es auch an: Die Haut ist fahl, tiefe Augenringe zeichnen sich ab und viele sehen dadurch vielleicht sogar älter aus als sie sind. Langfristig können Probleme beim Ein- oder beim Durchschlafen unseren Körper sogar schwächen und ihn anfälliger für Krankheiten machen.

### Entspannt durch die Nacht, erholt in den Tag

Experten zufolge ist es so, dass Betroffene oft denken, dass sie „nur“ schlecht schlafen können. Im Schlaflabor zeigt sich jedoch meist: Wer morgens gerädert aufwacht, hat nachts keine erholsame Tiefschlafphase gehabt. Wer also endlich wieder erholsam schlafen möchte, sollte laut Experten auf ein Schlafmittel setzen, das den natürlichen Schlafrhythmus nicht

stört, die Tiefschlafphase bewahrt und das Durchschlafen fördert. Um Schlafstörungen wirksam zu behandeln, sollte ein Schlafmittel daher nicht nur beim Einschlafen helfen, sondern vor allem auch das Durchschlafen fördern. Und genau das leistet Baldriparan – Stark für die Nacht.<sup>1</sup>

### Bewiesene Wirksamkeit ohne Gewöhnungseffekt

Seit über 65 Jahren empfehlen Experten das pflanzliche Arzneimittel Baldriparan – Stark für die Nacht. Denn die Wirksamkeit des Baldrians ist wissenschaftlich in Studien belegt.<sup>2</sup> Entscheidend dabei ist die Dosierung. Nur Schlafmittel, die ausreichend Baldrianwurzelextrakt enthalten, können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Baldriparan enthält extra hoch dosierten Baldrianwurzel-

extrakt. Besonders wichtig dabei: Das Schlafmittel macht trotzdem nicht abhängig, es entsteht kein Gewöhnungseffekt und die Schlafqualität wird auf natürliche Weise verbessert.

**Natürlich Durchschlafen, erholt in den Tag starten! Überzeugen auch Sie sich von Baldriparan – Stark für die Nacht.**

Für Ihre Apotheke:  
**Baldriparan**  
**Stark für die Nacht**  
(PZN 00499175)



[www.baldriparan.de](http://www.baldriparan.de)

PharmaSGP GmbH, Fachinformation des Arzneimittels „Spalt Forte“, Stand der Information: Januar 2022. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden. • SPALT FORTE. Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen; Fieber. Spalt Forte soll nicht längere Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen oder zahnärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! [www.spalt-online.de](http://www.spalt-online.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

<sup>1</sup>bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • <sup>2</sup>Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–84; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • Abbildung Betroffenen nachempfunden. • BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). [www.baldriparan.de](http://www.baldriparan.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

# Altpapier rettet 210.000 Bäume

Sachsen sind Meister im Mülltrennen

**Region.** Ob es die noch nicht vergessene SERO-Tradition aus DDR-Zeiten ist? Die Erinnerungen, als Timur-Trupps nach Gläsern, Flaschen und Altpapier jagten, Sekundär-Rohstoffe (SERO) sammelten, um ein paar Pfennige in die Klassen-Kasse zu bekommen?

Fest steht: Die Sachsen sind Deutscher Meister um Wertstoffsammeln. Im Vergleich zur Gesamt-Abfallmenge trennen die Sachsen mit 186 Kilogramm pro Kopf deutschlandweit mehr Wertstoffe als alle anderen Bundesbürger, beim Restabfallaufkommen und den sperrigen Abfällen rangiert Sachsen auf Platz zwei hinter Baden-Württemberg.

Das geht aus der neuen Siedlungsabfallbilanz hervor, die das Sächsische Landesamt für Umwelt, Landwirtschaft und Geologie (LfULG) veröffentlicht hat.

Jeder Sachse verursachte im Jahr 2021 durchschnittlich 160 Kilogramm Restabfall und sperrige Abfälle, 186 Kilogramm Wertstoffe und 86 Kilogramm Bioabfälle sowie ein Kilogramm schadstoffhaltige Abfälle. Das sind 433 Kilogramm Abfall pro Kopf. Insgesamt erzeugten die sächsischen Privathaushalte 1,75 Millionen Tonnen Abfall. Das waren 47.772 Tonnen mehr als im Vorjahr und 370.000 Tonnen mehr als 2019.

Grund für die in den Jahren 2020 und 2021 deutschlandweit höheren Abfallmengen aus privaten Haushalten waren vor allem durch die Coronapandemie bedingte Effekte wie die teilweise Aufhebung der Abfalltrennung für Haushalte mit infizierten Personen und das Ausräumen und Entsorgen nicht mehr benötigter Dinge während der „Lockdown-Zeiten“.

Der Effekt: Rohstoffen werden eingespart. Laut LfULG ersetzt zum Beispiel die getrennt gesammelte Altpapiermenge in Sachsen etwa 400.000 Tonnen Holz und



Das im Jahr 2021 in Sachsen gesammelte Altpapier rettete rund 210.000 Bäume. Foto: pixabay.com

das getrennt gesammelte Altglas spart etwa 115.000 Tonnen mineralische Rohstoffe ein.

Geht man davon aus, dass ein Festmeter frisch geschlagener Fichte rund 750 Kilo wiegt, ein etwa 100 Jahre alter Baum zirka 2,5 Festmeter Holz hat, rettete das Altpapier im Jahr 2021 rund 210.000 Bäume.

**Hintergrund:**

Die Siedlungsabfallbilanz gibt



Die Sachsen trennten mit 186 Kilogramm pro Kopf deutschlandweit mehr Wertstoffe als alle anderen Bundesbürger. Foto: LfULG

einen Überblick über die getrennt erfassten Abfall- und Wertstoffmengen sächsischer Haushalte sowie über die genutzten Verwertungs- und Entsorgungswege. Ebenso enthalten sind Wertstoffe wie Papier, Bekleidung und Textilien sowie Metalle, die durch Haushalte an gemeinnützige Vereine und an gewerbliche Sammler zur Verwertung abgegeben werden. Zudem wird über die Abfallgebühren in den Landkreisen, kreisfreien Städten und Abfallverbänden informiert. pm/sg

# Falsche Johanniter treiben Unwesen

Hilfsorganisation warnt vor Betrügern in Chemnitz

**Fortsetzung von Seite 1**  
Die Johanniter-Unfall-Hilfe ist mit rund 25.000 Beschäftigten, mehr als 40.000 ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern und 1,2 Millionen Fördermitgliedern eine der größten Hilfsorganisationen in Deutschland und zugleich ein großes Unternehmen der Sozialwirtschaft. Weniger sozial sind diejenigen, die mit der Arbeit der Johanniter derzeit ein falsches Spiel führen. Damit Sie den Betrug frühzeitig merken, weist die Johanniter-Unfall-Hilfe darauf hin, dass alle Mitarbeiter der Johanniter einen Dienstausweis bei sich führen, sie tragen Dienstkleidung, dürfen kein Bargeld, Schecks oder Sachspenden annehmen und führen das Informationsgespräch zur Werbung von Fördermitgliedern seriös und aufrichtig.



Auf dem Bild zu sehen: ein „echter“ Johanniter-Botschafter mit seinem Dienstausweis. Foto: Daniela Blume

# Skulpturen-Ausstellung kommt in die Stadt

**Zentrum.** „DER ANNABERGER IMPULS kommt nach Chemnitz“ - unter diesem Titel eröffnet am Freitag (17. Februar), um 16 Uhr im Außenbereich der Chemnitzer St. Jakobikirche eine Skulpturen-Ausstellung im Rahmen von PURPLE PATH, eins der vier Flagship-Projekte der Europäischen Kulturregion Chemnitz 2025. Zu sehen sein wird sie bis zum 29. Mai 2023. Die hier aus-

gestellten Holz-Skulpturen wurden im September 2022 im Rahmen des Bildhauersymposium im Buchholzer Waldschlösschenpark von neun regionalen Künstlern geschaffen: Roland Buschmann, Rolf Büttner, Uwe Schwarz, Christoph Roßner, Thomas Suchomel, Silvio Ukat, Jörn Michael, Sebastian MVller und Jörg Seifert. Sie werden am Freitag ebenfalls dabei sein.

Geplant ist es, die Skulpturen in den PURPLE PATH, der 38 Kommunen und Gemeinden in der Kulturregion miteinander verbindet, zukünftig zu integrieren und entlang des Kunst-, Kultur- und Macherweg auszustellen. Für die Realisierung dieses Vorhabens werden Sponsoren gesucht. Der Kurator des Purple Path, Alexander Ochs, führt in die Arbeit der Künstler ein. red

# Südring erhält neue Fahrbahn

**Chemnitz.** Der Stadtrat gibt grünes Licht für die Erneuerung der Fahrbahn eines Abschnitts des Südrings. Konkret handelt es sich um einen ca. 200 Meter langen Bereich, der den Knoten Markersdorfer Straße einbezieht. Notwendig ist die Sanierung aufgrund von Spurrinnen, Flickstel-

len und Aufbrüchen. Zudem sind vorhandene Betonbordsteine verdrückt und müssen teilweise neu gesetzt werden. Teil der Baumaßnahme sind auch die Anlagen der Straßenentwässerung in diesem Bereich. Die Bushaltestelle „Markersdorfer Straße“ wird in dem Zuge barrierefrei ausge-

baut. Als neuer Fahrbahnbelag werden lärmoptimierte Asphaltdeckschichten eingesetzt, um die Lärm- und Schadstoffemissionen zu minimieren. Die Kosten belaufen sich für die sechswöchige Sanierung auf 484.000 Euro. Start ist nach derzeitigem Stand nach den Osterferien. red

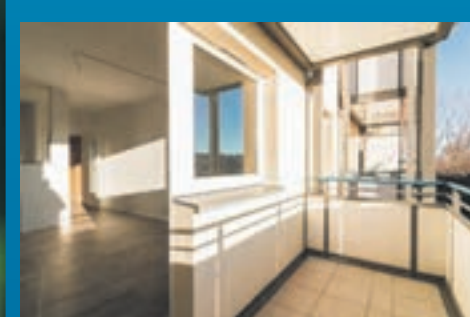


# Bereit für etwas Festes?

**Auf die WCH ist Verlass:**

Unsere Mieten bleiben auch in diesem Jahr wie gewohnt stabil. Damit Sie sich auf die wichtigen Dinge im Leben konzentrieren können.

**TOP Wohnungen zum TOP Preis in TOP Lage:**



Wohnungsbaugenossenschaft Chemnitz-Helbersdorf eG

0371 2759-145



www.wch-eg.de



## Autofahrer brauchen Geduld

Gleisarbeiten an der Zwickauer Straße haben begonnen

Stadtgebiet. Seit dieser Woche müssen sich Autofahrer auf der Zwickauer Straße zwischen Stollberger Straße und Kappler Drehe auf große Verkehrsbehinderungen einstellen. Grund ist der Ausbau der Straßenbahn-

trasse Schönau durch die CVAG. Ab dieser Woche sind dafür bis voraussichtlich Anfang Juli die jeweiligen Fahrstreifen zwischen der Stollberger Straße und der Reichsstraße, die am Gleiskörper liegen, gesperrt. red

**+küchenplus MÜNCH** FÜR MICH. VOR ORT. VOM FACH. KÜCHENHAUS | GERÄTE | MONTAGEN

**NEUES TEAM**

**Küchen- und Elektrofachmarkt MÜNCH**

Inh. Jens Salzmann  
Würschnitztalstr. 25  
09123 Chemnitz / OT Klaffenbach  
info@kuechenplus-muench.de  
+49 371 2606484

Mo. – Fr.: 09:00 – 16:00 Uhr  
Samstag & außerhalb der Öffnungszeiten nach Vereinbarung

ALLES BLEIBT WIE GEWOHNT!

SACHSEN KÜCHEN

## HEIMAT

# SÜDEN

## Neuerungen in den Stadtteilen

**Kappel.** Fast vier Wochen war die einst zu DDR-Zeiten größte Kaufhalle in der Irkutsker Straße in Kappel wegen Sanierungsarbeiten geschlossen, am Dienstag (14. Februar) feierte man bereits die Wiedereröffnung. Simone Görner, die den Markt seit vielen Jahren als selbständige Einzelhandelskauffrau betreibt, weiß um den vorherigen Zustand. „Die Technik innerhalb des Marktes, aber auch des Bäckers im Vorkassenbereich, musste dringend saniert und energetisch auf den neuesten Stand gebracht werden.“ Pünktlich sieben Uhr konnte sie ihre Kundinnen und Kunden wieder wie gewohnt empfangen. Die rund 50 Mitarbeiter und auch alle



Marktbetreiberin Simone Görner zur Wiedereröffnung in der Wein- und Spirituosenabteilung. Foto: Ulla Heinicker

## Senifix steht für Seniorenzüge

### #wir arbeiten für Sie

**Das du dir das in deinem Alter noch zutraust!** Wie willst du das denn schaffen? Fragen über Fragen, wer schon einmal vor der Entscheidung stand mit seiner gesamten Wohnungseinrichtung umzuziehen, wird wissen, wo von man hier spricht. Alles was in den letzten Jahren angeschafft wurde, muss von einem Fleck zum anderen. Und dann noch der Dachboden und der Keller oder sogar noch der Garten um die Ecke. Für Laien eine kaum zu bewältigende Aufgabe. Gut zu wissen, dass es auch hierfür Spezialisten gibt, die mit Herz und Verstand arbeiten und sich auf die Bedürfnisse und Wünsche ihrer Auftraggeber einstellen können. **Eine ganz besondere Herausforderung, denn hier zieht zumeist eine ganze Lebensgeschichte mit um.** Hier muss das Team auch mal zuhören können oder tröstende Worte finden. Es kommt darauf an, es der Seniorin oder dem Senior so angenehm wie möglich zu machen. **Rücksicht und Einfühlungsvermögen heißt hier das „Zauberwort“.** Meistens verändert sich in der neuen Wohnung auch die räumliche Aufteilung. Alles wird kleiner & sicherer. Möbelstücke müssen komplett aus dem Leben verschwinden, um den neuen Platz nicht zu überfrachten. Eine Entscheidung, die für viele unsagbar schwer ist, hier können wir mit gut gemeinten Empfehlungen helfen. **Wer mit Senifix seinen Umzug plant, wird von der ersten bis zur letzten Sekunde nicht allein gelassen.**

Auch diverse Ummeldungen werden vom Team übernommen. Die alte Wohnung wird dem ehemaligen Vermieter besenrein, frisch gemalt und in sauberem Zustand übergeben. Alles wird bis auf die letzte Ecke entrümpelt, auch der Keller und die Kammer. **Sie brauchen sich um nichts zu kümmern.** Zu diesem Zeitpunkt wohnen Sie aber schon in der neuen Wohnung, nichts lässt mehr zu wünschen übrig. Die Bilder hängen an der Wand und die Küche ist aufgebaut. Nun wird Ihnen aber jemand garantiert sagen – aber das ist doch so teuer – das kannst du dir nicht leisten. Lassen Sie sich überraschen, wir sind günstiger als Sie es denken. Alle Leistungen können Sie individuell zusammenstellen, so wie Sie diese benötigen.

**Wenn Sie Ihren „Wohlfühlzug“ mit uns planen wollen, dann sprechen Sie mich gerne an.**

Katrin Hoyer

**Privatumzüge  
Haushaltsauflösungen  
Wohnungsberäumungen**

Mitglied  
im Bundesverband Möbel-  
spedition und Logistik  
(AMÖ) e. V.



[www.senifix-umzug.de](http://www.senifix-umzug.de)



**SENIFIX**  
SENIORENUMZÜGE

☎ 0371  
4002542

Erfenschlager Str. 67  
09125 Chemnitz

**Öffnungszeiten:**  
Mo. - Fr. 10.00-17.00 Uhr

**Wir sind immer  
telefonisch erreichbar.**

drei Azubis, freuen sich über die neue LED-Beleuchtung und die insgesamt noch kundenfreundlichere Gestaltung des 1.750 Quadratmeter großen Marktes. „Mit der Neugestaltung konnten wir nicht nur unseren zukünftigen CO2-Abdruck verbessern, sondern auch die Bedingungen vor Ort nicht nur im Sinne der Kundschaft, sondern auch im Sinne meines Teams angenehmer zu gestalten“, berichtet Görner. „Damit bewegen wir uns nunmehr auf Augenhöhe mit EDEKA-Märkten jüngerer Baujahres.“

Neben einer deutlich moderneren Wärme-Kälte-Austauschtechnik wurde zudem eine neue Regalierung des Marktes vorgenommen. Auch der gesamte Kassenbereich des Nahversorgers wurde erneuert, um den Mitarbeitern weiterhin einen angenehmen und modernen Arbeitsplatz zu bieten, aber auch um für die Kundinnen und Kunden den Kassiervorgang so angenehm wie möglich zu gestalten. Dafür wurden in den letzten Tagen bis zur Wiedereröffnung die Regale befüllt und vor allem die frischen und tiefgefrore-

nen Produkte erst kurz vor der Eröffnung dann auch in den Theken ausgelegt.

Die Bäckerei Emil Reimann nahm den Umbau zum Anlass für eine neue Theke und Anordnung der Regale. Somit empfängt auch der Bäcker im Vorkassenbereich bald wieder Kundinnen und Kunden. „Einen besonderen Dank spreche ich all meinen Mitarbeitern, der EDEKA Unternehmensgruppe Nordbayern-Sachsen-Thüringen sowie allen zuständigen Gewerken und fleißigen Helfern für die Unterstützung beim Umbau des Marktes aus. Ich freue mich schon jetzt, viele vertraute Gesichter nach der Neueröffnung wieder bei uns begrüßen zu können. Ich bin mir sicher, alle meine Bestands-

kunden, die jetzt den Weg wieder zurück zu uns finden, werden sich meiner Begeisterung anschließen“, so Simone Görner abschließend.

Auf die Sanierung der Kaufhalle im Stadtteil Kappel folgt vom 18. Februar bis 7. März unmittelbar der Umbau des EDEKA-Marktes Flößner in Markersdorf. Auch hier müssten laut Marktbetreiberin Simone Flößner, Teile der Technik innerhalb des Marktes müssen dringend saniert und energetisch auf den neuesten Stand gebracht werden. Noch bis Samstag, 18. Februar, um 14 Uhr ist der Markt in der Robert-Siewert-Straße 34 geöffnet, die Türen öffnen sich dann erst wieder am Dienstag, den 7. März 2023. red



Der EDEKA-Markt von Simone Flößner schließt sich den Umbauarbeiten der Kaufhalle in Kappel an. Foto: meeco Communication Services

# DANKESCHÖN

**Unser herzlichster Dank gilt der EDEKA Unternehmensgruppe, unseren zuverlässigen Mitarbeitern, engagierten Handwerkern und allen anderen fleißigen Helfern, die es möglich gemacht haben, in so kurzer Zeit unserem Markt ein neues Outfit zu geben. Wir sind stolz auf die Leistungen!**

**Simone Görner**



Lassen Sie sich verführen – wir freuen uns auf Sie!

**GÖRNER**

Irkutsker Straße 1  
09119 Chemnitz  
Kaufhalle Kappel

Öffnungszeiten:  
Montag – Samstag 7.00 – 21.00 Uhr

Wir ♥ Lebensmittel.



# TRANSPORTER

## Für alle Fälle - Früher und heute

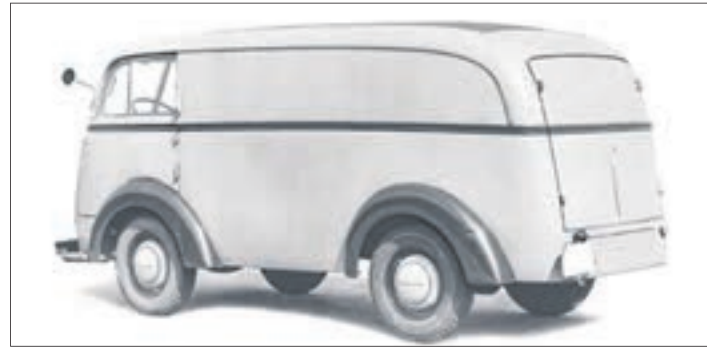


Der Citroën Typ H aus dem Jahr 1969 war früher schon ein echter Allrounder auf den Straßen.  
Fotos: Autoren-Union Mobilität/Stellantis

Er gehört(e) zu Frankreich wie Baguette, Croissant und Vin rouge – klingt stark nach abgedroschenem Klischee, doch beim Blick auf die Märkte in der französischen Provinz nahm der Citroën H eine im wahrsten Wortsinn marktbeherrschende Rolle ein. Bäcker verkauften mit ihre frischen Backwaren, Winzer ihren Wein und Metzger ihre Paté. Der vor 75 Jahren auf dem Pariser Salon zum ersten Mal gezeigte Transporter entwickelte sich in Frankreich schnell zu einem der beliebtesten Modelle seiner Gattung. Seine charakteristische Wellblech-Karosserie, mit der seine Entwickler die großen Karosseriefächen versteiften, machten den Typ H bald zu einer unverwechselbaren Erscheinung. Bei der Entwicklung verfolgten die Citroën-Entwickler eine Strategie, die sie später auch beim 2 CV praktizierten. Eine ein-

fache Technik, verpackt in eine auf das Wesentliche reduzierte Karosserie brachten den Erfolg. Der „H“ war Nachfolger des während der Kriegsjahre in geringen Stückzahlen gebauten TUB, der ebenfalls mit Frontantrieb auf den Markt kam. Die Kundschaft erkannte schnell die Vorteile des neuen Transporters, der weitgehend unverändert bis 1981 gebaut werden sollte. Der abgesenkte Laderaum ließ sich einfach beladen und die Händler hatten keine Probleme auf der Ladefläche zu stehen und ihre Waren zu verkaufen. Auch Polizei, Post und Feuerwehr und andere Dienstleister erkannten die Werte des Transporters und setzten den H ein. Prominentester Flic war dann Louis de Funès, der den H bei der Jagd auf Nudisten als Gendarm von Saint Tropez einsetzte. Das Nachfolgemodell C 25 machte

dann eine internationale Karriere und wurde auch als Peugeot J 5 und Fiat Ducato gebaut. Der H blieb seiner Heimat treu – nur wenige Exemplare gingen in den Export. Daher auch die überschaubare Stückzahl: Insgesamt wurden 475.000 Exemplare gebaut. Beim Antrieb griffen die Entwickler ins Regal und transplantierten den bewährten Vierzylinder aus dem Traction Avant vor die Vorderachse. Später kamen auch DS-Antriebe zum Einsatz, und außerdem Diesel-Motoren, die dem Wellblech-Transporter allerdings das Temperament einer Wanderdüne verliehen. Auch die Benzin-Varianten gehörten nicht zu den wirklich schwungvollen Antrieben. Die maximal 48 PS starken Motoren hatten schließlich viel zu schleppen, und die Menschen hinter dem Lenkrad viel Zeit. Dafür genossen die Insassen dank der Drehstabfederung einen für dieses Segment überraschenden Komfort. Und so schaukelten Handwerker und Händler in aller Gemütsruhe zu ihren Kunden oder Märkten. Noch heute gehört der H auf französischen Wochenmärkten zu einem vertrauten Anblick, und außerdem ist er inzwischen eine gesuchte Rarität bei Oldtimerfreunden. Dank der Kreativität der Karosseriebauer vor allem in Frankreich kam der H in allen erdenklichen Formen – auch als Reisemobil – auf den Markt. Die Ladekapazität lag dabei zwischen 7,3 und 16,4 Kubikmetern. Der niederländische Karosseriebauer Akkermans schuf eine Variante mit der hydro-pneumatisch gefederten Hinterachse aus dem DS, die als Krankenwagen eingesetzt wurden.



Prototyp eines Opel Blitz Lieferwagen 1,5-23 COE (1937).  
Foto: Autoren-Union Mobilität/Opel

### Alte Fotos eines modernen Frontlenkers

Bei einer Auktion haben Experten von Opel Classic acht unbekannte Fotos eines Lieferwagens der Marke aus den 1930er-Jahren entdeckt. Zu jener Zeit war das Unternehmen bei Nutzfahrzeugen Marktführer. Damals verfügten alle Modelle allerdings über einen klassischen Aufbau mit langer Motorhaube und anschließender Fahrerkabine. Das nun aufgetauchte Bildmaterial zeigt, dass Opel seinerzeit auch einen serienreifen Kleintransporter der Baureihe Blitz in Frontlenkerbauweise entwickelt hatte – viele Jahre, bevor sich das Konzept weltweit durchsetzte. „Das Wissen um den einzigartigen Prototyp war seit Jahrzehnten verschollen“, so Opel-Classic-Leiter Leif Rohwedder. Er spricht von einem „automobilhistorischen Paukenschlag“.

Vor Ausbruch des Zweiten Weltkriegs waren erste entsprechende Transporter nur in den USA, Deutschland und Frankreich in geringen Stückzahlen auf dem Markt. Die einzigen beiden deutschen Frontlenker-Vertreter von Goliath und Magirus stammten aus den frühen Dreißigern und kamen mit einem spartanischen, würfelförmigen Führerhaus daher. Als Antrieb dienten Zweitakt-Zweizylindermotoren. Stattdessen war die Kundschaft dieser Zeit Autos mit langer Motorhaube gewöhnt, die auch der damalige europäische Nutzfahrzeug-Marktführer Opel in Nutzlastklassen von 0,3 bis 3,0 Tonnen unter

den Namen „Lieferungswagen“, „Geschäftswagen“ und „Blitz“ erfolgreich im Angebot blühte. Die schwarz abgesetzten Kotflügel des Entwurfs sind eine Referenz an die damaligen Nutzfahrzeuge der Marke, die Front ist im Art-Déco-Stil gestaltet. Den Motor für den Frontlenker-Blitz spendierte der Opel Olympia, die Achsen der bewährte Blitz-Eintonner. Die Karosserie ist – von Trennwand, Ladeboden und einem Teildes Dachs abgesehen – in fortschrittlicher Ganzstahl-Bauweise ausgeführt. Viel ist über die technischen Details des Blitz 1.5-23 COE nicht bekannt. In einer Informationsbroschüre für das Modelljahr 1937 findet das Fahrzeug Erwähnung. Hier heißt es, dass es neben der Eintonner-Variante, auch 1,5-Tonner mit Sechszylinder und Zwillingbereifung geben sollte. Im Opel-Archiv befindliche Profil-Zeichnungen zeigen neben dem Lieferwagen auch Pritschenwagen – und eine 15-sitzige Kleinbus-Variante des Blitz 1.5-23 COE. Die Gründe, warum der fortschrittliche Eintonner-Lieferwagen nicht in Serie ging, dürften in den bereits in der zweiten Hälfte des Jahrzehnts begonnen Kriegsvorbereitungen in Deutschland liegen. Leichte Nutzfahrzeuge waren nicht kriegswichtig. Die Wiederaufnahme der Fahrzeugproduktion nach Kriegsende erfolgte bei Opel mit den nur leicht modifizierten Vorkriegsmodellen Olympia, Kapitän und dem Blitz 1,5-Tonner.



**Unsere Leistungen:**

- Seniorenzüge
- Wohnungs-/ Hausberäumung
- Renovierungsarbeiten
- Entrümpelung
- Haushaltsauflösung
- Endreinigung

**„DANKESCHÖN“ GUTSCHEIN**

... im Wert von 10 hochwertigen Umzugskartons gegen Vorlage dieses Coupons\* wenn Sie mit uns umziehen

\*Pro Umzug kann nur ein Coupon eingelöst werden

Burgstädter Straße 29, 09228 Chemnitz | 0177 7035783 | info@umzug-wirpackens.de | www.umzug-wirpackens.de



### Opel Movano L4 Koffer

2.2 ltr. Diesel MT 6, 121kW/165PS  
Kraftstoffverbrauch kombiniert: 10.2l/100km  
CO<sub>2</sub>-Emissionen: 267,0g/km

**Ausstattung:** Navi, Rückfahrkamera, Integration Smartphone/Freisprechanlage, Klimaanlage, Tempomat, verstärkte Federn hinten, Airbag Fahrer, Humbaur-Kofferaufbau: Innenmaße: 4385x2135x2285mm, Ladebordwand, lichte Durchladehöhe 2260

**Unser Hauspreis: 43.850,- €**  
zzgl. Mehrwertsteuer

### Nissan Townstar Kasten L1

2,2t 1.3 DIG-T N-Connecta, Benziner 96kW/130PS  
Kraftstoffverbrauch kombiniert: 6,7–6,8l/100km  
CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 151-154g/km

**Ausstattung:** Schiebetür rechts, Hecktüren 180° Öffnungswinkel, Einparkhilfe hinten & Rückfahrkamera, 360° Flankenschutz, Notbremsassistent mit Kollisionswarner, Verkehrszeichenerkennung, Tempopilot, NissanConnect Infotainment, 5 Jahre/160.000km Herstellergarantie u.v.m.

**Unser Hauspreis: 21.000,- €**  
inkl. Überführungskosten, zzgl. Mehrwertsteuer

### Citroen Jumpy Kastenwagen standard 1.5 BlueHDi 100

Diesel 75kW/100PS  
Kraftstoffverbrauch kombiniert: 7,0-6,4l/100km  
CO<sub>2</sub>-Emissionen: 267,0g/km

**Ausstattung:** Radioanlage mit Bluetooth, Klimaanlage, Geschwindigkeitsregler und Begrenzer, Doppelbeifahrersitzbank, Trennwand, Zentralverriegelung, elektr. Fensterheber, Laderaumvolumen 5,3 m<sup>2</sup>

**Unser Hauspreis: 29.995,- €**  
inkl. Überführungskosten, zzgl. Mehrwertsteuer

Das beworbene Angebot entspricht dem repräsentativen Beispiel gemäß §6a Abs. 4 PANGV. Finanzierungsdetails & Rechtliches: Angebot nur gültig für Gewerbetreibende, zzgl. gültiger, gesetzlicher Mehrwertsteuer und inkl. Kofferaufbau und Frachtkosten. Abbildungen zeigen möglicherweise Sonderausstattung. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.



# KARRIERE

## Neue Wege bestreiten CHANCE

**Von Judith Hauße**  
**Region.** Leerstehende Geschäfte werden zu Musikbars, Galerien, Ateliers, Handelsorten und Treffpunkten. Dass das funktioniert, hat die Stadt Stollberg im Oktober vergangenen Jahres beim Pop-Event in der Innenstadt bewiesen. Was wiederum zu weiteren Überlegungen geführt hat, wie man die Innenstadt für Kultur- und Gewerbetreibende attraktiver gestalten kann. Zu eben diesen zählt auch Daniel Meier aus Aue, der sich im Mai letzten Jahres mit seinem gastronomischen Konzept, mit Hilfe eines Gründungszuschusses des Landes, selbstständig machte:

„Versalat noch eins“ - was bei einigen Familien im Erzgebirge als umgangssprachlicher Ausdruck für „verflüxt“ gilt, meint, etwas läuft schief, ist für Daniel Meier mehr als bloß ein Wort. Der 32-Jährige hat sein Geschäftskonzept danach benannt. Doch schief läuft hier bislang nichts, im Gegenteil. In den vergangenen Monaten hat er viel Zuspruch erfahren. Was im oft misstrauischen Erzgebirge für das, was er vorhat, nicht selbstverständlich ist. Was er macht? Kurz: Er will zeigen, dass vegan auch schmecken kann.

WochenENDspiegel traf den Jung-Unternehmer, der seinen Job als Elektriker aufgab, um vegan „erzgebirgstauglich“ zu machen. „Das V im Namen passte da zufällig gut“, sagt er.

Wir sitzen mit Daniel in einem leerstehenden Lokal in Stollberg, das im Oktober des vergangenen Jahres noch als Location für sein „Bio-Restaurant“ im Rahmen des Pop-Up-Events in der Stollberger Innenstadt diente. „Da war ein wenig los hier“, erinnert er sich.

„Gute Musik, gutes Essen und die Stimmung war auch gut.“

Was jahrelang als Idee im Kopf des Auers kreiste, findet mit Veranstaltungen, wie beim Stollberger Innenstadtevent im vergangenen Herbst, schnell Anklang in der Region – auch wenn der Name „Versalat“ es andeuten mag, bei Daniel Meier kommt nicht nur Salat auf den Tisch. Er selbst ernährt sich seit vielen Jahren vegetarisch, was ihn erst auf den Gedanken brachte, sich näher mit dem Thema Nachhaltigkeit und Bio zu beschäftigen. „Schnell habe ich gemerkt, dass kein Fleisch-Essen nicht alternativlos ist“, sagt er, weiß aber auch: „In der Region ist das jedoch noch nicht ganz angekommen“, erzählt er schulterzuckend von seinen bisherigen Erfahrungen bei eigenen Lokalbesuchen in der Vergangenheit.

Doch nur über die Situation meckern, ist nicht seine Art. Lieber stellt er sich selbst in die Küche, experimentiert und probiert sich durch die Rezeptwelt der Bücher und sozialen Medien. „Ich eigne mir größtenteils alles selbst an“, sagt der ehemalige Elektriker. Vor allem in der mediterranen Küche hat er inzwischen seine Leidenschaft entdeckt. Hier habe es ihm besonders die Welt der Pestos angetan, schwärmt von seinem selbstgemachten Wildkräuterpesto. „Mein Favorit.“

Wenn es dann doch die höhere Kochschule bedarf, holt sich der leidenschaftliche Hobbykoch die Erfahrung von Chefkoch Alexander Schnerrer aus dem Zwönitzer Restaurant „Zur Börse“. „Hier habe ich eine Zeit lang in der Küche ausgeholfen. Wiederum hat mir Alexander Tipps für meine Rezepte gegeben.“



Seine veganen Klitscher aus Sojaquark waren sehr beliebt. Fotos: Privat (2)

Eine Verbindung, die bis heute geblieben ist. So beispielsweise sind auch Daniels Suppen im Automaten-Shop „Herr Anton“ von Alexander Schnerrer zu finden. Bei all den ausgefallenen Produkten, wie mit Falafel gefüllte Linsen-Wraps und orientalischem Gurken-Raita, interpretiert Daniel Meier die regionale Küche auf seine Weise – vegan. Klassiker, wie Klitscher mit Sojaquark – verfeinert mit Kräutern – waren auf seiner Weihnachtsmarkt-Tour letztes Jahr der Verkaufsschlager. Andere Produkte, wie Rouladen aus Seitan, ein japanisches Weizen gluten-Produkt mit fleischähnlicher Konsistenz oder veganes Gulasch stoßen da schon eher auf Skepsis bei den Erzbergigern. Dennoch erlebt er oft überraschte Gesichter im positiven Sinn. „Einige Gäste bei unserem Neujahressen dieses Jahr konnten gar nicht so richtig glauben, dass sie da kein Fleisch gegessen haben“, erinnert er sich.

Zugegeben, auch unsere Redaktion ist sich bei dem Thema vegan uneins. Doch bei „Versalat“ geht es dem Macher nicht darum, den Menschen veganes Essen aufzuzwingen, auch von Ersatzprodukten, wie sie in den Supermärkten stehen, hält Daniel nichts. Selbstgemacht, regional und bezahlbar sollen die Produkte zu den Menschen gelangen. „Ob die Möhre da vorher schief und krumm war, interessiert am Ende wenig, wenn sie püriert wird“, lacht er. Viele Lebensmittel bezieht er dabei so gut wie möglich aus der Region, seine Kontakte zum Guido Hof in Limbach-Oberfrohna, nach Gornau zu Kunze Kartoffeln



Linsen-Wraps, gefüllt mit Quinoasalat und Cashewminzpesto.

## Unkompliziert in die Selbstständigkeit

Gerade Frauen profitieren von sehr kompakter Ausbildung

Wer sich beruflich verändern oder nach der Familienzeit einen Neueinstieg wagen will, braucht für den neuen Job oftmals auch eine neue Ausbildung. Gerade Frauen fällt es meist schwer, eine solche Weiterbildung zeitlich und organisatorisch etwa mit familiären Verpflichtungen in Einklang zu bringen. Denn Kinderbetreuung oder die Pflege von Eltern sind - allen Gleichberechtigungsbemühungen zum Trotz - auch heute noch ganz überwiegend „Frauensache“. Voraussetzung für einen Neustart beispielsweise im boomenden Gesundheitsmarkt ist demzufolge eine kompakte Ausbildung, die sich gut mit anderen Verpflichtungen vereinbaren oder nebenberuflich absolvieren lässt.

Ein Beispiel dafür ist die Qualifizierung zur Vitametikerin.

**Nach kompakter Ausbildung den Schritt in die Selbstständigkeit wagen**

Die Vitametik ist eine noch recht neue ganzheitliche Methode, die bei allen Arten von Kopf-, Nacken- und Rückenschmerzen, aber auch bei Bandscheibenvorfällen, Tinnitus, Schwindel und Schlafstörungen zum Einsatz kommt. Die Ausbildung gliedert sich in lediglich fünf Module mit 20 Live-Online-Schulungen, einem Kennenlerntag und zwei Praxiswochenenden. Alle Infos gibt es beim Berufsverband für Vitametik unter [www.vitametik.de](http://www.vitametik.de).

Während der Praxistage behandeln sich die Teilnehmerinnen unter Anleitung gegenseitig vitametisch, um eigene Erfahrungen mit der Anwendung zu machen. Die Ausbildung endet mit einer schriftlichen und praktischen Prüfung. Danach ist man Mitglied im Berufsverband und erhält die Lizenz zur Verwendung des eingetragenen Markennamens „Vitametik“. Nun kann man sich mit einer eigenen Praxis selbstständig machen.

**Gezielter Impuls in die Halsmuskulatur: Vitametik ergänzt ärztliche Schmerztherapien**

Bei der wissenschaftlich geprüften neuromuskulären Entspannungstechnik wird ein gezielter Impuls in der seitlichen Halsmuskulatur ans Gehirn weitergeleitet. Dort wird er als Entspannungsinformation erkannt und an den Körper zurückgegeben. Die Vitametik kann ärztliche Schmerztherapien ergänzen. Ihr Erfolg konnte in einer einjährigen wissenschaftlichen Studie an der Deutschen Sporthochschule in Köln bestätigt werden. Ergebnis der Untersuchung: Bei Einbeziehung dieser Behandlungsmethode kam es zu einer signifikanten Reduzierung vorhandener Schmerzen. Dieser Effekt ließ sich auch noch acht Wochen nach Studienende nachweisen. **djd-k**



Trotz aller Gleichstellungsbemühungen: Kinderbetreuung ist auch heute noch überwiegend „Frauensache“. Foto: dj-d-k/Berufsverband für Vitametik/Getty

## Gesundheitsberater wissen, wie!

Weiterbildung per Fernstudium gelingt berufsbegleitend

Das Robert Koch-Institut konnte auch 2022 keine Entwarnung für das Gesundheitsverhalten in Deutschland geben. Übergewicht, Rauchen und der noch relativ „neue“ Risikofaktor Sitzen zeigen eine nach wie vor bedenkliche Entwicklung. Gesundheitsberater sind eine gute Anlaufstelle, wenn es um Prävention, also Vorbeugung, geht. Damit eröffnen sich Chancen für diejenigen, die sich selbst und anderen Menschen zu

mehr Gesundheit verhelfen und hier beruflich tätig werden möchten. Der Weg in dieses Berufsfeld ist denkbar einfach: In einer fundierten Weiterbildung, beispielsweise in der zum „Gesundheitsberater“ am IST-Studieninstitut ([www.ist.de](http://www.ist.de)), erhalten Teilnehmer in 14 Monaten ein wertvolles Wissensfundament, mit dem sie Klienten auf dem Weg zu einer gesünderen Lebensweise begleiten können. **djd-k**



Gesünder ernähren und weniger sitzen: Das raten Gesundheitsberater vielen Patienten. Foto: dj-d-k/IST-Studieninstitut

Hier findest du deinen Traumjob in deiner Region!

Jobfinder-chemnitz.de

**Wir suchen Promoter/-innen** für unseren Event-Stand im „Sachsen Center“ in Chemnitz vom 24.03.2023-08.04.2023! Weitere Infos erhalten Sie von Frieder Schramm unter: 0173-5657910

## KEINE KOSTEN FÜR ARBEITSWEG!

**PKW-Service-Fahrer m/w/d** für Schülerverkehr gesucht

- Haupt- oder nebenberuflich
- ideal für Vorrühständler und Rentner
- persönliches Fahrzeug

FRITZSCHE PERSONENVERKEHR

Ihre Bewerbung richten Sie bitte an: Fritzsche Personenverkehr GmbH Chemnitz Str. 160, 09217 Burgstädt [bewerbung@fritzsche-personenverkehr.de](mailto:bewerbung@fritzsche-personenverkehr.de) Telefon 0174-1776175

### WERKZEUGMECHANIKER/IN

wir sind schneller genau



**Bewirb Dich jetzt!**

- » ein vielseitiger Metallberuf mit Zukunft
- » Endmontage und Tuschieren komplexer Spritzgießwerkzeuge
- » Herstellung von Werkzeugen mit modernsten Lösungsansätzen (z.B. Cusing-Kerne)

**Schau Rein! 2023: Komm doch am 14.03. / 16.03. 9 - 11 Uhr bei uns vorbei und erlebe alles hautnah mit!**

Hier stellen Dir unsere Ausbilder und Azubis alle Ausbildungsberufe vor, geben Dir Tipps und beantworten Deine individuellen Fragen. Wir freuen uns auf Deinen Besuch und Deine Ausbildung bei uns.



**mu-Tec**  
EXPERTE FÜR SPRITZGIESSFORMEN

**Ansprechpartnerin**  
Frau Quast  
[bewerbung@my-tec.de](mailto:bewerbung@my-tec.de)  
Tel: 0371.2836467 0



mu-Tec GmbH, Jagdschänkenstraße 102 in 09116 Chemnitz.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort:

## Telefonist im Innendienst (m/w/d)

in Teilzeit oder Minijob für die Terminvereinbarung mit gewerblichen Kunden

Wir bieten eine unbefristete Festanstellung mit flexiblen Arbeitszeiten und natürlich eine umfangreiche Einarbeitung. Auch für Quereinsteiger geeignet.

- Das bringst Du mit:
- Gutes Kommunikationsgeschick und Kreativität
  - Kenntnisse in Office und Outlook
  - Teamfähigkeit
  - Selbstständige Arbeitsweise
  - Gute Deutschkenntnisse

Schicke deine Bewerbung sehr gern per E-Mail an: [personal@verlag-bergstrasse.de](mailto:personal@verlag-bergstrasse.de)

kommunikation & design  
 verlag gmbh chemnitz  
 Personalabteilung  
 Heinrich-Lorenz-Str. 2-4  
 09120 Chemnitz

**medien:GRUPPE**  
 CHEMNITZ • ERZGEBIRGE



## That's Hirben – der „easy way“ im Dolomiten-Winter

Die Dolomiten – ein UNESCO WeltNaturerbe – sind für viele Wintersportler das Höchste der Gefühle. Gut, dass es hier im Pustertal das neue Hirben gibt. „Hirben Natururlaub“ öffnet Tür und Tor für Freiheitsgefühle, für easy going und „ich mach, was ich will“. Ferienwohnungen mit allem, was Genießer brauchen, Zimmer zum Einkuscheln und Wohlfühlen. In den eigenen vier Wänden entspannen, zur Ruhe kommen, in der Natur tief durchatmen, saunieren, schwimmen, in die verschneiten Berge gehen, alles ungezwungen und gemütlich, dafür ist das Hirben gemacht. Alltags-Aussteiger lassen sich in Wohlfühlräumen nieder, mit Frühstück und Alpine Dinner, nur mit Frühstück oder „ohne alles“, wie es in den „Hirben Natururlaub“ passt. Gleich drei Skigebiete stehen zur Wahl: 3 Zinnen Dolomiten, Cortina d'Ampezzo und Kronplatz. In wenigen Schritten erreichen die Langläufer vom Hirben das größte Skilanglauf-Karussell Europas. Dolomiti Nordic Ski ist ein



Verbund mit insgesamt 1.300 Kilometer Loipen in den Dolomiten. Im Hirben kann man auch gut einmal einen Tag nur faulenz. Oder man kommt après ski zum Wellnesen. 1.000 m<sup>2</sup> für Körper, Geist und Seele, fünf Saunen, ein traumhafter Außenpool mit Inneneinstieg und grandiose Ausblicke – da lässt die Entspannung nicht lange auf sich warten. Am Frühstücksbuffet macht Küchenfee Sieglinde ihre Gäste

mit duftenden Brötchen, Obst und Cerealien, mit Körnern zum Selberschroten, Jogurt, Herzhaftem aus der Region und vielem mehr glücklich. Abends kommt das Alpine Dinner an den Tisch – lockerlockige Themenabende und gemütliche Genüsse, die zum Erlebnis werden. Regionale Hausfrauenkost mit Mhm-Effekt, das passt zum „Hirben Natururlaub“.

[www.hirben.it](http://www.hirben.it)

## „Sunny side up“ zu den Firnwochen im Wohlfühlhotel Schiestl

In den Zillertaler Bergen hat der Winter bis in das Frühjahr hinein eine „weiße Weste“. Gäste des Wohlfühlhotel Schiestl\*\*\*\* sind nah dran am Skivergnügen: Nur 150 Meter liegen zwischen Hoteltüre und dem Einstieg in die 10er-Gondel auf das Spieljoch. Mit 21 Pistenkilometern, überschaubaren Hängen und breiten Pisten, Zauberteppich, Rennstrecke, beschneiter Talabfahrt, Funslope und Funpark, sind jede Menge Familienspaß und Action garantiert. Und es geht noch weiter: Über die Geolsalm Richtung Hochfügen und mit dem Skishuttle zu den 89 Pistenkilometern von Hochfügen-Hochzillertal, die bis über die 2.500 Meter-Marke hinausreichen. Damit haben Gäste des Wohlfühlhotel Schiestls zur Firmwoche auch den Blick über 55 Dreitausender der Zillertaler und Tuxer Alpen, bis zum Hintertuxer Gletscher am Talschluss, in der Tasche. Der sechstägige Zillertaler Superskipass schließt alle 535 Pistenkilometer im Zillertal mit ein – sowie den Skibus, der alle Zil-



lertaler Skigebiete ansteuert und sogar direkt vor dem Hotel hält. Das Ende eines jeden Skitags ist gleichzeitig der Start zu noch mehr Genuss. Für einen Schuss Wärme sorgen die zwei Erlebnissaunen und zwei Dampfbäder im Schiestl-Badeschlössl. Dann rückt man Verspannungen und Muskelkater mit wohltuenden Anwendungen im Vitalcenter zu Leibe. Neben einer Sportmassage bietet sich dafür auch ein Tiroler Heubad oder eine Zirbenpackung in

der Softpackliege an. Erstaunlich auch, was Schwimmen im Indoor-Pool oder eine Runde Relaxen in den großen Ruheräumen bewirken können. Das kreative Küchenteam bereitet den Gästen im Rahmen der Dreiviertel-Verwöhnung einen gelungenen kulinarischen Tagesausklang mit zeitgemäßer Küche, die vom Tiroler Rezeptschatz inspiriert ist und auf Lebensmitteln aus der Region aufbaut.

[www.hotel-schiestl.com](http://www.hotel-schiestl.com)

## Im Hideaway im Osttiroler Winter

Das Hotel Hinteregger in Matrei ist ein Haus für Berggenießer mit dem Hang zum Besonderen. Großstadtambiente flirtet mit Landleben. Wellness ist in die Grundstoffe gebettet, aus denen unser Land gemacht ist – Stein, Lehm, Holz und Wasser. Das ehrlich gute Essen kommt aus der eigenen Bio-Landwirtschaft. Das Zusammenspiel von Alt und Neu im Hinteregger inspiriert. Das familienfreundliche „Großglockner Ski-Resort Kals-Matrei“ gilt als ein wahrer Geheimtipp unter Kennern und als eines der schönsten Skigebiete der Alpen. Dazu der atemberaubende Panoramablick auf 60 Dreitausender der Glockner-, Schober- und Granatspitzgruppe, Hüttenzauber inklusive.

Gäste des Hotel Hinteregger tauchen mit allen Sinnen in den Winter ein. Skitouren und Schneeschuhwanderungen führen in die stille, unberührte Nationalparknatur. Wanderer winterwandern auf Almen und leichte Gipfel, Könnler finden das ultimative Erlebnis. Die Rodel auf eine gemütliche Hütte ziehen und nach der Einkehr die



Naturbahn hinuntersausen, mit den Langlaufski durch die Täler gleiten oder sich mit den Osttirolern auf der Eisstockbahn messen. Erlebnisreiche Wintertage klingen im Hotel Hinteregger gemütlich aus. Après Ski der fabelhaften Art erwartet die Genießer: In der Sauna und auf den Ruheliegen den Tag nachfühlen. Den Ausblick bestaunen, während das Feuer im Kamin prasselt, sich bei einer Massage fallen las-

sen. Das Hotel Hinteregger ist ein höchst erfreuliches Refugium mitten in den Bergen, ohne selbst ländlich zu wirken. Katharina Hradecky ist die Frau des Hauses. Sie beschreibt die Philosophie ihres Hotels Hinteregger treffend: „Wir bewahren die Traditionen des Alten im Zusammenspiel mit Innovation, moderner Architektur und Design.“

[www.hotelhinteregger.at](http://www.hotelhinteregger.at)

## Die Allrounder für gesundes Älterwerden

Omega-3-Fettsäuren aus nachhaltigem Fischfang

Die Lebenserwartung der Deutschen hat sich in den letzten 20 Jahren um etwa fünf Jahre erhöht. Aber was hält in diesen späteren Jahren die Blutgefäße flexibel, das Hirn aufnahmefähig, die Augen stark, das Herz leistungsfähig und geschützt? Eine Vielzahl von Studien unterstreicht die Bedeutung von Omega-3 Fettsäuren und die Notwendigkeit einer Zusatzversorgung mit diesen Multitalenten aus dem Meer.

Es gibt Ernährungsbestandteile, auf die unser Körper nicht verzichten kann. Sogenannte „essentielle“ Stoffe, die er lebenslang von außen mit der Nahrung erhalten muss. Hierzu gehören vor allem die besonders wertvollen Omega-3-Fettsäuren DHA und EPA (Docosahexaensäure und Eicosapentaensäure), die hauptsächlich in fetten Meerestischen vorkommen. Um auf die von Experten wie dem Arbeitskreis Omega-3 e.V. geforderten 300 bis über 1.000 mg pro Tag zu kommen, geht kaum ein Weg an einer Zusatzversorgung vorbei. Hierbei sollten bewusste Konsumenten jedoch nicht nur auf Geschmacksneutralität und hohe Konzentration, sondern auch auf eine sorgfältige Herstellung aus nachhaltigem Fischfang achten (Doppelherz System Omega-3 Konzentrat, rezeptfrei in Apotheken).

### Geistige Fitness, gute Sehkraft, Schutz für Herz und Gefäße

Um auch im Alter geistig beweglich und fit zu bleiben, benötigt unsere ‚Denkmaschine‘ die richtigen Nährstoffe. Eine wichtige Rolle kommt hier der Omega-3-Fettsäure DHA zu. Eine hochdosierte Nahrungsergänzung mit Omega-3-Fettsäuren kann sogar das Gedächtnis älterer Menschen verbessern, wie Wissenschaftler der Berliner Charité



Körperlich fit, das Herz geschützt, geistig flexibel und leistungsfähig? Omega-3-Fettsäuren können einen wichtigen Beitrag dazu leisten.

Foto: stock.adobe.com/peopleimages.com

nachweisen konnten. Eng mit einer ausreichenden Omega-3-Fettsäuren-Versorgung verknüpft ist die Gesundheit der Augen. In den Sehzellen findet sich die höchste Konzentration von DHA im ganzen Körper. Auch für die Lipidschicht des Tränenfilms, der das Auge vor Austrocknung schützt, wird Omega-3 benötigt. Sind die Auswirkungen auf Gehirn und Sehkraft schon beeindruckend, so profitiert doch kaum ein anderes Organ mehr von einer guten Omega-3 Versorgung als Herz und Blutgefäße. EPA und DHA senken den Blutdruck, beeinflussen den Cholesterinspiegel

positiv, fördern die Durchblutung und stabilisieren den Herzrhythmus. Selbst wenn die Flexibilität der Blutgefäße mit den Jahren abnimmt, eine altersbedingte Arterienverkalkung dem Blutdruck zu schaffen macht, oder sogar schon ein Herzinfarkt eingetreten war, leisten Omega-3-Fettsäuren gute Dienste.

Im Gegensatz zu Herz-Kreislauf-Medikamenten handelt es sich bei einer auch langfristig vorbeugenden oder begleitenden Versorgung mit Omega-3 um natürliche Nahrungsbestandteile, gegen die keine Bedenken bestehen.

Whitelines

## Perfekter Start in die Golfsaison

Das Greenfield Hotel Bük

Im Greenfield Hotel Golf & Spa lassen begeisterte Golfer den Winter hinter sich und freuen sich auf eine neue Saison am Green. Das 4-Sterne-Erholungs-Resort liegt im Herzen der westungarischen Thermenregion, direkt am 18-Loch-Championplatz, umgeben von Natur pur. Die Wellness- und Saunalandschaft im Greenfield ist neu und spielt alle Stücke.

Am Greenfield Golf schlagen Golfer in einer idyllischen Landschaft ab. Das pannonische Klima kommt den Outdoor-Sportlern sehr entgegen. Zwischen 10.000 Pappeln und sieben Seen, begleitet von 100 Vogelarten wird die Golfrunde hier zum einzigartigen Naturschauspiel. Ein schönes Golferlebnis und wohltuende Erholung gehen im Greenfield Hotel Hand in Hand. Die Saunawelt ist komplett neu. Finnische Saunen, Aromasauna, Dampfbad, Salzraum, Infrarotsauna und Licht-



sauna entfalten ihre Wirkungen. Im großen Außenbecken (ab Mitte Juli) und in sechs Innenbecken – vom Erlebnisbecken über ein Sportbecken und zwei Thermalwasserbecken bis hin zum Kinderbecken mit Rutsche und viel Spaß – wird nach Herzenslust gebadet und geschwommen. Das Massageangebot reicht von traditionell bis exotisch. Die ganze Familie kann zum Golfen ins Greenfield kommen. Während die Eltern abschlagen, kümmert

sich Golfy um die Kinder. Im Sommer sind die Kleinen im Kinderclub bestens betreut. Ebenso ist das neue Chill & Fun Entertainment Center im Hotel ein Hit. Bei Bowling, Sport- und Golfsimulator, Darts, Billard und Tischfußball wird auch den Teenies nie langweilig. Und natürlich vergeht kein Ferientag ohne Splash Splash im Erlebnisbad und viel Spaß auf der neuen zehn Meter hohen Turmrutsche.

[www.greenfieldhotel.hu](http://www.greenfieldhotel.hu)

Unsere  
**Leser-Reisen**

präsentiert von:  
**WOCHENSPIEGEL**

**sonnenhotels**  
Selection

**Fränkische Weinberge**

**WINTER WELLNESS**

Reisezeitraum: Februar bis Ende März 2023  
Anreise täglich, samstags ausgenommen (Feiertage ausgenommen)

Das dürfen Sie erwarten:

- ✓ 2 Übernachtungen im Doppelzimmer „Weingarten“
- ✓ täglich leckeres Frühstücksbuffet
- ✓ 2 mal Abendessen im Rahmen der Halbpension
- ✓ 1 mal kleiner Wellnessbehandlung „Reinigend“ (ca. 30 Minuten)
- ✓ inkl. Late Check Out bis 13 Uhr
- ✓ freie Nutzung des über 900 m<sup>2</sup> Spa Bereich mit kombiniertem Innen-/Außenpool, Saunen und Ruhe- und Liegebereichen

Sonnenhotel Weingut Römmert in Volkach

**sonnenhotel**  
**WEINGUT RÖMMERT**  
SELECTION

Preis pro Person	3 Tage
Februar, März	285 €
Einzelzimmerzuschlag pro Nacht	40 €

95 € pro Verlängerungsnacht und Person inklusive Frühstück.  
Weitere Zimmerkategorien auf Anfrage!

Eigene Hin- und Rückreise. Alle Preise exklusive Kurtaxe. Ausgebuchte Termine, Programmänderungen und Druckfehler vorbehalten. Alle Preise inklusive MwSt. Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen.  
Hotelpartner: Sonnenhotels GmbH, Gerhard-Weule-Str. 20, 38644 Goslar

**Beratung und Reservierung:**  
05321 68 55 40  
[info@sonnenhotels.de](mailto:info@sonnenhotels.de)  
**Buchungscode: WEG-2301-SWR**





## Rote Karte hat Folgen

CFC-Spieler Furkan Kircicek für drei Spiele gesperrt

**Chemnitz.** Das Sportgericht des Nordostdeutschen Fußballverbandes (NOFV) hat CFC-Offensivspieler Furkan Kircicek für drei Meisterschaftsspiele gesperrt. Dieser sah beim 2:0-Heimsieg des Chemnitzer FC gegen den Greifswalder FC am Sonntag (5. Februar) in der 41. Spielminute aufgrund einer Tätlichkeit gegen den Gegner die Rote Karte.

„Die Handlung des Spielers Kircicek gegen seinen Gegenspieler ist nach ständiger Rechtsprechung des NOFV-Sportgerichts als Tätlichkeit einzustufen. Zu berücksichtigen war allerdings, dass Spieler Kircicek – wie auch vom



Furkan Kircicek gegen den FSV 63 Luckenwalde. Foto: haertelpress

Schiedsrichter festgestellt – vor seinem Fehlverhalten vom Greifswalder Spieler offenbar durch eine verbale Auseinandersetzung sportwidrig provoziert wurde, so dass die anzusetzende Strafe entsprechend gemildert werden konnte“, heißt es in der Urteilsbegründung des NOFV.

Furkan Kircicek fehlte dem CFC bereits zuletzt beim Auswärtsspiel gegen den BFC Dynamo (0:0). Die Sperre für den 26-jährigen umfasst somit noch die zwei folgenden Meisterschaftsspiele der Himmelblauen gegen den FC Viktoria 1889 Berlin und den VfB Germania Halberstadt. **red**

## Geburtstagsause in hohen Lüften

Weltcup in Lake Placid: Karl Geiger feiert 30. und Premiere im Super-Team

werbs, den die Frauen bereits in Japan erstmalig durchgeführt hatten. Bei dem Format treten nur zwei Skispringer pro Team an und führen gegen die Konkurrenten in drei Runden ein regelrechtes Ausscheidungsspringen durch, bei dem das Teilnehmerfeld von Runde zu Runde verkleinert wird. Eine abschließende Meinung zu dieser Art von Wettbewerb habe ich mir ehrlicherweise noch nicht ganz bilden können. Ein negativer Aspekt aus Sportlersicht ist sicherlich, dass immer nur zwei Springer einer Nation an den Start gehen können. Der Ausscheidungsmodus ist an sich sicherlich ein spannender Aspekt und das Format ist zeitlich so straff angelegt, dass wir Springer unentwegt von Auslauf zur Schanze in Bewegung sind. Ich bin gespannt auf die Reaktionen



Weltklasse-Springer Karl Geiger schreibt im WochenENDSpiegel. Foto: peplies consult

der Zuschauer an den Schanzen und vor den Fernsehgeräten. Die Resonanz vom Publikum wird ein entscheidendes Kriterium sein, ob dieses Format eine Zukunft haben wird.

Herzliche Grüße  
Karl

— ANZEIGE —

## Frühlingsgefühle zu zweit im Straubinger Hotel Asam

Der Frühling lockt Verliebte in diesem Jahr besonders früh nach draußen. Straubing am Südrand des Bayerischen Waldes bietet dafür die genau richtige Mischung aus Natur, Kultur und typisch bayerischer Gemütlichkeit. Das Hotel Asam im Zentrum punktet außerdem mit ausgesuchter Gastlichkeit. Das Hotel Asam\*\*\*\*S ist eine grüne Stadt-oase inmitten der Gäubodenstadt Straubing. Ein historisches Offiziers-casino aus der Kaiserzeit mit hohen Sälen und einem typisch bayerischen Biergarten samt schattenspendenden Kastanien und altem Baumbestand wurde dafür mit einem top modernen Restaurant im schicken Art Deco-Style und einem Design-Hotel zu einem genussvollen Ganzen verbunden. Paare, die bei ihrem Städtetrip Wellness und Kulinarik mit viel Kultur und Natur verbinden möchten, sind im Haus der Gastgeber Christiane und Florian Medek genau am Punkt.

Das 8.000 Jahre alte Straubing mit seinen vielen historischen Bauten, prächtigen Kirchen und dem weiträumigen



Stadtplatz unter dem Stadtturm übt eine große Anziehung auf Kulturreisende aus, ist heute auch Universitäts- und Einkaufsstadt – und voller Leben. Viele kleine Boutiquen, Shops und Läden verlocken in den alten Gassen zum Flanieren. Nach dem erlebnisreichen Urlaubstag zu zweit zieht es Verliebte in die Wellnessoase des Hotel Asam. Verschiedene Massagen, Saunen und ein Whirlpool sorgen für pure Entspannung. Zum Relaxen und Kuscheln laden außerdem

der Ruhebereich mit Wasserbetten, die Sonnenwiese, der geräumige Wintergarten und die große Dachterrasse ein. Ein echter Hingucker ist das komplett umgestaltete Restaurant mit Bar und begehbarem Wein-Kühlschrank. Lichtdurchflutet durch große Rundbogenfenster und eine Lichtkuppel, mit vielen großen Pflanzen und möbliert im Art-Deco-Style ist hier eine echte Genussoase des Hotels entstanden. [www.hotelasam.de](http://www.hotelasam.de)

## Urban Lifestyle - Das BLÜ in Bad Hofgastein

Wer seinen Urlaub in den verschneiten Bergen gerne mit einer Prise „Easy Going“ und Weltoffenheit würzt, der kommt in das Hotel BLÜ. Mitten am Kaiser Franz Platz blü(h)en Winterbegeisterte in dem zeitgeistigen Haus auf. Skifahren, wo die Pisten am schönsten sind, Freeriden im Pulverschnee, Yoga und Spa, dazu die chilligste Bar weit und breit. Die Kulinarik bringt Soul-food für Kosmopoliten auf den Tisch. Lässig, innovativ, überraschend – das ist das Ho-tel BLÜ. Das Hotel BLÜ steckt voll good vibes, neuer Style ist eingezogen mit-tendrin in Bad Hof-gastein. Die beiden BLÜ Macherinnen, Eva Eder und Bibia-na Weiermayer-Schmid, holen die „große, weite Welt“ ins Gasteinertal: Fröhliches Interieur, österreichische moderne Kunst und außergewöhnliche Details prägen das Hotel. Die lässige homebase zeigt sich leger und unkompliziert, ganz so wie es die freiheitsliebende Urlauberseele wünscht: Gegessen wird, wann immer



es in den sportlichen oder herrlich faulen Tag passt. Sei so frei und nimm dir die Freiheit – ein verlockendes Motto für sportlich-entspannte Wintertage. Innovative Fein- und Gern-Schmecker haben ihren Lieblingsplatz gefunden: Die BLÜ-Macherinnen lieben die österreichische Küche, also brodelt immer frische Rindsuppe am Herd, das Schnitzel ist ein echtes Wiener und der Kaiser

(Franz) Schmarrn so fluffig wie bei der Eder-Oma. Gerichte der Asiatischen Küche bereichern mit ihrer wunderbaren Leichtigkeit das kulinarische BLÜ. Neu sind im Winter das wärmende Curry und die Hot Asia Rips. Essen, das glücklich macht. Wer gut isst, will auch fein trinken – das geht wunderbar in der BLÜ Bar. [www.hotelblue.at](http://www.hotelblue.at)

## Auf der Zuckerseite des österreichischen Winters

Ein Wintertrip nach Bad Ischl

Wer nicht genug bekommen kann von Stadtleben und Kultur, von Bummeln, Shoppen, gut essen oder im Kaffeehaus verweilen, der wird Bad Ischl lieben. Um Bad Ischl zeigt sich der österreichische Winter, wie man ihn kennt: Skifahren, Langlaufen, Rodeln, Winterwandern – die ganze Palette höchst erfreulicher Wintervergnügen bietet sich an. Oder kalte Wintertage rufen nach einer Extraportion wohlthuender Wellness. Dann ist Bad Ischl ein Ziel erster Wahl. Das Neueste in Sachen SPA: Das Traun SPA im Stadthotel Goldenes Schiff. Nebst Sole- und Kräuterdampfbad, Bio-Sauna, Relaxation mit Blick auf die plätschernde Traun und Fitnessraum ist die Gartensauna mit Aussicht in den Spärgarten ein Platz zum Ausspannen. Die Hydrojet Massage massiert mit warmen Wasserstrahlen. Eine Deluxe-Ent-

spannungsoase mitten in der Stadt lädt zum Chill-Out. Das moderne Stadthotel Goldenes Schiff empfängt ein internationales Publikum, das hier Stadtleben, Kultur und Naturgenuss verbindet. Ein einladender Empfangsbereich, in dem man gerne ankommt. Lobby und Genuss-Areas, Fitness und Zimmer – alles zeigt sich im neuen Design und mit Top Komfort. Sieben Zimmer mit Traubnickel, Familiensuiten und zwei barrierefreie Zimmer wurden geschaffen. Die neuen Zimmer sind eine Augenweide in sanften Farben. Die stylische Rooftop Suite bietet auf ca. 50 m<sup>2</sup> viel Raum mit freiem Blick auf den plätschernden Fluss, mitten im Stadtzentrum. Dort lässt es sich großzügig wohnen. Das neue „Trauntown“ im Goldenen Schiff ist das „neue Downtown“ der Stadt. Dort trifft man sich zum After-



Work, zum Apéro und zum Chill Out. Mit dem Trauntown setzt das Goldene Schiff Impulse und macht Bad Ischl um einen genussreichen Treffpunkt in unkomplizierter Atmosphäre reicher. [www.goldenes-schiff.at](http://www.goldenes-schiff.at)

Sonnenskiurlaub vom Feinsten: MY ALPENWELT Resort liegt direkt an der Piste, auf schneesicheren 1.600 Meter Höhe. Ski in – Ski out im wahrsten Sinne des Wortes: Die Talstation der Dorfbahn Königsleiten befindet sich unmittelbar neben dem Hotel, zwei schneesichere Abfahrten führen quasi auf die große Bergliebe Lifestyle Sonnenterrasse des MY ALPENWELT Resorts. Skiverleih, Skischule und Kinderskischule sind gegenüber. Die Zillertal Arena ist das größte Skigebiet des Zillertals und eine der weitläufigsten Wintersportregionen Österreichs. MY ALPENWELT Resort ist ein Leading Spa Hotel und verführt in seinem FelsenBAD&SPA zum grenzenlosen Wellness. Der Glas Infinity SKY Außenpool ist das ganze Jahr über angenehm temperiert und vermittelt das Gefühl, in die imposante, umliegende Bergwelt einzutauchen. Die kulinarische Welt des MY ALPENWELT Resort ist ein Erlebnis für sich. Mit dem 5742 THE TABLE ist das be-



liebte Haus um ein Highlight reicher. Die Schatzi Bar ist zu einem Sushi Hot Spot geworden. Hier dreht sich die Welt um köstliche Maki, Sashimi und Nigiri. Das 5742 THE TABLE ist ein neuer kulinarischer Treff – am Puls der Zeit, voll Genuss und Kreativität. In der SUSI ALM – dem trendigen Day & Dinner Club mit Cabrio-Dach – wartet ein frühlingshaftes Outdoor-Erlebnis. Eine moderne Crossover-Speisekarte

mit vielen Highlights, Steaks, Fondue und vielem mehr sowie ein stylisches Ambiente laden zum Genießen ein und machen die SUSI ALM mit großer, beheizter Bergliebe Lifestyle SONNENTERRASSE mit Relaxliegen und Sunbeds, Kuscheldecken und DJ-Sound, coolen Drinks und Cocktails zu dem PLACE TO BE. Im BERGRESTAURANT GIPFELTREFEN mit großer Sonnenterrasse, [www.alpenwelt.net](http://www.alpenwelt.net)

— ANZEIGE —

## Winterfinale mit (sportlichen) Hochgenüssen

**Betten.de**  
Einfach gut schlafen  
Jetzt entdecken  
... GARANTIERTE WEICHE LANDUNG

**SLOW WAVE**  
DAS TRAGBARE, FREQUENZGEKOPPELTE MAGNETFELD  
Eric Frenzel, Weltmeister und Olympiasieger:  
„Der Slow-Wave ist aus modernem Training und Alltag nicht mehr wegzudenken: leistungsunterstützend und regenerationsfördernd!“  
[www.slow-wave.de](http://www.slow-wave.de)

POLISH ART PHILHARMONIC  
Maestro Michael Maciaszczyk - Leitung und Violine  
**Die vier Jahreszeiten**  
ANTONIO VIVALDI  
STADTHALLE CHEMNITZ | CARLOWITZ-SAAL  
Mittwoch | 03. Mai 2023 | 19.30 Uhr  
gefördert von **NEU START KULTUR** | **Das Staatsorchester Chemnitz** | **INITIATIVE KULTURCHEMNITZ**





# LEITERMANN

## Bau- und Gartenmarkt

Angebote gültig bis  
Freitag, 24.2.2023.

# Einmalige Sonderangebote!

## Solange der Vorrat reicht.



### ARBEITSPLETTEN

28 mm stark, 2600 x 600 mm, mit CPL-Kunststoffbeschichtung, hohe Stoß- und Kratzfestigkeit, versch. Dekore (Abgabe nur in ganzen Platten)

hitzebeständig  
bis ca. 180°C

39.99



### metabo AKKU-BOHRSCHRAUBER »POWERMAXX BS 12«

Li-Ion 12 V/2,0 Ah, Drehmoment weich/hart bis 17 Nm / 40 Nm, Schnellspannbohrfutter, Akkupack, Ladegerät [Bestell-Nr. 2321231]

49.99



### WOHNRAUMWEISS

12 l für ca. 73 m<sup>2</sup>

hochergiebig, tropfgehemmt, waschbeständig, wasserverdünnbar, umweltschonend, ausgezeichnet mit dem Blauen Engel, weiß/matt (2,42/l) [Bestell-Nr. 2504678]



29.-

### DECKEN-LEUCHE »SALTERY«

flaches Deckenpanel mit digitalem LED Blacklight, Nachtlichtfunktion, Farbtemperatur von 3000 - 6500 K einstellbar, dimmbar, inkl. Fernbedienung, Kunststoff, schwarz oder weiß [Bestell-Nr. 2505905]

295 x 295 mm, 20 W, 2000 lm **19,99**  
420 x 420 mm, 22 W, 2200 lm **29,99**



ab  
19.99

### OSRAM LED-LEUCHTMITTEL

Birnenform, 2700 K (warmweiß), E27, 6 W (470 lm) entspricht 40 W oder 9 W (806 lm) entspricht 60 W herkömmlichen Leuchtmittels [Bestell-Nr.: 2245985]



0.50

### EINSATZ- WECHSELSCHALTER oder STECKDOSEN

4er Set, inkl. 4x 1er Abdeckrahmen, weiß, 250 V, 10/16 A, Steckdosen mit Kinderschutz, (2433977/78)



je  
2.99

LEITERMANN ALTENBURG  
Lödlauer Chaussee 1 • 04617 Lödla  
Telefon: 03447 / 85 46 0

LEITERMANN CHEMNITZ  
Zwickauer Straße 247c • 09116 Chemnitz  
Telefon: 0371 / 81 51 3 0

LEITERMANN GLAUCHAU  
Zum Vogelberg 10 • 08373 Remse OT Weidensdorf  
Telefon: 03763 / 40 200 0

LEITERMANN OELSNIITZ/ERZ.  
Pflockenstraße 28 • 09376 Oelsnitz/E.  
Telefon: 037298 / 335 0

LEITERMANN ROCHLITZ  
Poststraße 1 • 09306 Rochlitz  
Telefon: 03737 / 78 13 0

LEITERMANN SCHMÖLLN  
Blumenstraße 2 • 04626 Schmölln  
Telefon: 034491 / 32 3 0

LEITERMANN ZWICKAU  
Reichenbacher Straße 190 • 08056 Zwickau  
Telefon: 0375 / 30 34 83 0

Glücklich, wenn Sie es sind!