



Die Kolumnen des  
**ERFOLGREICHSTEN  
NORDISCHEN SKISPORTLERS**  
bei Weltmeisterschaften

**VIELE NEUE ANgebOTE**  
in unserem beiliegenden  
Magazin entdecken.



## Fördermittel für Demokratieprojekte

**Plauen.** Am 1. Januar ist die Richtlinie der Stadt Plauen zur Förderung von Maßnahmen und Projekten zur Demokratiekultur, zur Vielfaltgestaltung und Unterstützung interkultureller Jugendbegegnungen (FRL Demokratie) in Kraft getreten. Vereine, Verbände und Initiativen des öffentlichen Rechts können Anträge auf finanzielle Unterstützung für geplante Vorhaben in diesen Feldern bei der Stadtverwaltung einreichen.

Diese werden geprüft und anschließend dem Bildungs- und Sozialausschuss vorgelegt. Jährlich stehen hierfür 8.000 Euro zur Verfügung, für die Jahre 2023 und 2024 können zudem jeweils 4.000 Euro nicht verwendete Mittel aus 2021 extra in Anspruch genommen werden. Formulare finden Sie unter [www.plauen.de](http://www.plauen.de) im Internet. Die ausführliche Richtlinie ist unter [www.plauen.de/frldemokratie](http://www.plauen.de/frldemokratie) zu finden.

Die Anträge für dieses Jahr können in diesem Jahr noch bis zum 30. Juni eingereicht werden. **red**

## Rock, Pop und Jazz aus dem Konservatorium

**Plauen.** Am 17. März präsentiert der Fachbereich der Popmusik des Vogtlandkonservatoriums »Clara Wieck« bei einem Konzert Musik aus Rock, Pop und Jazz. Los geht es um 19.00 Uhr im Saal des Vogtlandkonservatoriums.

So vielfältig diese Musik ist, so vielfältig ist auch deren Instrumentarium. Während Schlagzeug, Bass, Gitarre/E-Gitarre und elektronische Instrumente wie Keyboard oder Synthesizer sehr häufig vorkommen, sind auch die verschiedensten Blasinstrumente und der Gesang ein wichtiger Bestandteil.

Die Schüler des Vogtlandkonservatoriums zeigen einen kleinen Querschnitt dieser Musik und bieten allen Interessenten die Möglichkeit, nach dem Konzert mit Fachlehrern und Schülern ins Gespräch zu kommen. Der Eintritt zur Veranstaltung ist frei. **red**

## Unfallursache 2,66 Promille

Jetzt sucht die Polizei Augenzeugen



Ein Lkw-Fahrer verlor auf der A 72 die Kontrolle über seinen Truck, rutschte in den Graben. Der Grund: 2,66 Promille. Schaden: 120.000 Euro. Foto: Ellen Liebner

**Plauen.** Am Montagabend befuhr ein 46-Jähriger mit seinem Volvo-Sattelzug die A72 in Fahrtrichtung Hof. Zwischen den Anschlussstellen Plauen-Süd und Pirk kam er in einer Rechtskurve nach links von der Fahrbahn ab. Er stieß gegen die Mittelschutzplanke, geriet anschließend nach rechts und durchschlug die rechte Schutzplanke. Schließlich kippte der Sattelaufleger nach rechts um und das Gespann kam am Wildschutzzaun zum Liegen.

Verletzt wurde bei dem Unfall glücklicherweise niemand. Die Polizeibeamten stellten bei der

Unfallaufnahme fest, dass der Fahrer alkoholisiert war. Ein Atemalkoholtest ergab einen Wert von 2,66 Promille, sodass für den Ukrainer eine Blutentnahme im Krankenhaus folgte und er sich nun wegen Gefährdung des Straßenverkehrs verantworten muss.

### 120.000 Euro Schaden nach Unfall auf A72

Der Unfall zog aufwendige Bergungsarbeiten des Sattelzugs nach sich, welcher mit 24 Tonnen Laminat beladen war. Der entstandene Sachschaden wurde auf 120.000 Euro geschätzt.

Die Autobahn war an der entsprechenden Stelle bis Dienstag 10:30 Uhr voll gesperrt. Dann konnte der linke Fahrstreifen freigegeben werden. Die Reparaturarbeiten an der Leitplanke dauerten bis Mittag an.

### Zeugen gesucht

Die Polizei fragt: Gibt es Zeugen, die zur selben Zeit auf der Autobahn 72 unterwegs waren und denen der Sattelzug möglicherweise durch eine verkehrsgefährdende Fahrweise aufgefallen ist? Hinweise nimmt die Autobahnpolizei unter der Telefonnummer 03765 500 entgegen. **red**

## Appell für Pressevielfalt

**Region.** Die Landesregierungen von Sachsen und Baden-Württemberg haben die Bundesregierung aufgefordert, sich - wie im Koalitionsvertrag vereinbart - für die flächendeckende Versorgung mit periodischen Presseerzeugnissen einzusetzen. Anlass dafür sind die weiterhin hohen Energie-, Kraftstoff- und Papierkosten sowie die Erhöhung der Lohnkosten seit letztem Ok-

tober. Dies macht die Zeitungszustellung in weiten Teilen des Landes und insbesondere im ländlichen Raum unwirtschaftlich.

Nach einer jüngst veröffentlichten Umfrage des Bundesverbands der Digitalpublisher und Zeitungsverleger (BDZV), konnten 2022 vier von fünf Verlagen Verluste bei gedruckten Zeitungen nicht ausgleichen.

Dabei sehen die Verleger in den steigenden Kosten in der Zustellung das größte Problem. Fast zwei Drittel der Umfrageteilnehmer spielen danach mit dem Gedanken, die Zustellung in unwirtschaftlichen Bereichen einzustellen; fast die Hälfte will nötigenfalls die Zustellqualität reduzieren. **red**

Mehr lesen Sie auf Seite 2

**VERKAUF AB WERK**  
**Polstermöbel**  
aus eigener Herstellung  
**JEDE GARNITUR MIT FEDERKERN**  
• Sonderanfertigung nach Maß • Reparaturen  
• Stoffauswahl der neuesten Muster • Neubezug nach Kundenwunsch  
08496 Neumark OT Schönbach · Neue Reichenbacher Straße 6  
Tel./Fax: 037600 4325, Mo.–Fr. 9–16 Uhr, Sa. nur nach Vereinbarung

## Drechserei Kuhnert GmbH

Zur Verstärkung unseres Teams  
suchen wir ab sofort:

### Verkäufer\*in Fahrer\*in (C1)

Stellenbeschreibungen unter [www.kuhnert-gmbh.de](http://www.kuhnert-gmbh.de)

**Drechserei Kuhnert GmbH**  
Hauptstraße 28 \* 08237 Steinberg OT Rothenkirchen  
[croy@kuhnert-gmbh.de](mailto:croy@kuhnert-gmbh.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 Altfahrzeug!  
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**

## TÜREN UND TREPPENRENOVIERUNG VOM SPEZIALISTEN

**Clever Renovieren**  
Wir freuen uns auf Sie!

**Seit über 30 Jahren in Netzschkau**

**PORTAS®**  
Europas Renovierer Nr. 1

PORTAS-Fachbetrieb Neumann  
P & P Renovierungsspezialist Vogtland GmbH  
Mylauer Straße 18 | 08491 Netzschkau  
**Telefon 03765 34158**  
[www.neumann.portas.de](http://www.neumann.portas.de)

Viele Gründe sprechen für eine Treppen-Renovierung  
- Individualität, Funktionalität, Schönheit und Sicherheit (epr)

Die Treppen-Renovierung bietet überzeugende Vorteile und ist damit nicht nur finanziell eine sinnvolle Alternative zum Einbau einer völlig neuen Treppe. Beim speziell entwickelten Stufe-auf-Stufe-System von Portas beispielsweise bildet die bestehende Treppe die Basis. Die alten Treppenstufen werden maßgenau mit neuen Stufen aus höchst strapazierfähigem HPL-Laminat oder hochmodernen trittschalldämmenden Vinyl-Belägen überbaut. Die Renovierung ist in nur wenigen Tagen abgeschlossen und die Treppe bleibt während der gesamten Zeit begehbar.

▶▶▶ Das Ergebnis ist immer eine handwerklich perfekte Treppe, die Funktionalität, Schönheit und Sicherheit in sich vereint.

Infos unter [www.portas.de](http://www.portas.de)

**KFZ-ANKAUF**

**A. Chahin - Kaufe PKW, LKW, Transporter, Unfallwagen Baujahr gleich, Barzahlung sofort ☎ 0172/356 21 85 oder What's app. Auch ohne TÜV/ASU.**

**Autoankauf Sachsen.** Wir kaufen jedes Auto - einfach anrufen. Fragen kostet nix. **Tel: 0152 27088888.**

**WOHNMOBILE**

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen** Tel. 03944-36160 www.wm-aw.de Fa.

**VERMIETUNG**

**GC-Lessingstr.,** kompl. san. 3-Zimmer-Whg., ab sofort z. verm., 63m<sup>2</sup>, 2. OG, 318 € + NK, Lam., Keller, Gastherme ☎ 01522 2087227

**IMMOBILIEN-ANKAUF**

**Wer gibt Haus oder Hof** sehr günstig oder gratis ab? (auch sanierungsbedürftig etc, bitte alles anbieten) 0163 / 149 68 50

**IMMOBILIEN-VERKAUF**

**WOLLEN SIE IHRE IMMOBILIE VERKAUFEN?**  
SPRECHEN SIE ZUERST MIT UNS.  
Wir begleiten Sie von der kostenfreien Objektbewertung bis zum Notar und Übergabe an den Käufer.  
**KOMPETENT, SERIÖS, FAIR**  
IMMOBILIENPROFI SEIT 30 JAHREN!  
Verkauf provisionsfrei im Rahmen d. gesetzl. Möglichkeiten  
09456 Annaberg-Buchholz · Robert-Blum-Str. 23  
**TELEFON 03733 5069855 + 0171 4014081**  
info@wohnungsmarkt-erzgebirge.de  
www.wohnungsmarkt-erzgebirge.de  
Wohnungsmarkt Erzgebirge  
Deckert Immobilien

**HAUSHALTSAUFLÖSUNGEN**

**Wir lösen Ihren Haushalt auf**  
**SCHNELL-SAUBER-DISKRET**  
Jetzt Termin vereinbaren:  
0174 -3512699

**ANKAUF**

**Ankauf Kupferkabel 2.500 €!** / aktuelle Preisliste unter www.dein-schrottplatz.de, Tel. 0171 92 77777

**VERKÄUFE**

**Verkaufe Brennholz** gespalten (30-er), ab 99€/SRM Lieferg. möglich., Abholung in 09306 Königsfeld, **Anfrage unter 0171 9277777**

**KAUFGESUCHE**

**Sammler** kauft Spielzeug, Weihnachtsdeko, Münzen, Fernglas, Fotoapp., Modeschmuck, Uhren, Mosaik, Orden, Briefm., Postk., Militärnachlass. **Tel. 0375-661388 od. 0160-98311119**

**STELLENANGEBOTE**

**Gesucht werden** zum 01.05.2023 in Annaberg-Buchholz 1 MA (m/w/d) in VZ und 2 MA (m/w/d) in TZ im Wachdienst. Pardos Sicherheitsdienst GmbH **Tel.: 03591-679181**

**GES. EMPFEHLUNGEN**

**Preiswerte Maler** - Fassaden, Fußbodenarbeiten, Schimmel und Graffiti-entfernung vom Fachmann sauber und schnell. Tel. 0371-40471071

**ER SUCHT SIE**

**Er, 72, verw.** 1.64, 62 kg, Raum MAB sucht nette schl. Sie. Inter. Natur, Musik, Kochen, f. harm. Bezg. ☒ WOESP, H.-Lorenz-Str. 2-4, 09120 CH 016/13449 z

**VERKÄUFE**

**Friseurgeschäft**  
am Ortsrand von Annaberg abzugeben.  
3 Bedienplätze. Kundenstamm vorhanden. Parkmöglichkeit vor dem Geschäft.  
Frau Buschmann · Erbgerichtsstraße 11  
09456 Annaberg-Buchholz · Telefon 03733/23918

**DIES UND DAS**

**100€** für Ihr Altauto! Suche ständig Schrottautos, natürlich kostenlose Abholung und Abmeldung. **Telefon: 0171-9277777**

**500€** für Ihr Moped! Suche ständig Simson, S50, S51, Schwalbe, SR2, MZ, TS, Star, Habicht. **Telefon 0171-9277777**

**DIENSTLEISTUNGEN**

**Malerbetriebe gesucht.** Wir suchen Malerbetriebe für eine langfristige Partnerschaft. Aufträge im Fassadenbereich hauptsächlich Einfamilienhäuser. Garantierte Bezahlung nach Fertigstellung. Interesse geweckt dann melden Sie sich bei uns. V. Strähle GmbH ☎ 0731 1406670, info@straehlegmbh.de

**Sauber wie nie - ohne Chemie!** Fenster-, Wintergartenreinigung, Polstermöbel, Teppich, Matratzen, Fliesenfugen, Duschkabine uvm. Reinigung ohne Chemie durch Trokkenaltdampf. Fragen Sie einfach an ☎ **0371-23530116**

**Fensterputzer** für Sie  
Tel. 01 62/2 75 03 59

**ER SUCHT IHN**

**ER für Ihn!** Tommy erfüllt Dir jed. heißen Wunsch, soft-hard, total tabulos, Tag-Nacht! ☎ **0174 8038985**

**Länder kritisieren Bundesregierung**  
Vereinbarung zur Zeitungsförderung im Koalitionsvertrag nicht eingehalten

**Fortsetzung von Seite 1.** **Region.** Die Medienminister aus Nordrhein-Westfalen und Sachsen, Nathanael Liminski und Oliver Schenk, fordern gemeinsam die Bundesregierung auf, umgehend Maßnahmen zu ergreifen, um die flächendeckende Versorgung mit periodischen Presseerzeugnissen auch weiterhin zu gewährleisten.

Oliver Schenk: „In Zeiten von Fake News, Desinformation und Verschwörungstheorien kommt den Zeitungen und Anzeigenblättern auch weiterhin eine zentrale Rolle für die Information der Öffentlichkeit, die öffentliche Meinungsbildung und damit für die Stabilisierung der demokratischen Ordnung zu.“

Ein Blick ins Ausland zeigt, was passiert, wenn es in weiten Teilen des Landes überhaupt keine regionale Zeitung mehr gibt. Die Folgen sind ein Nachlassen der politischen Bürgerbeteiligung, ein Rückgang der öffentlichen Kontrolle von Verwaltungen und Unternehmen, die Radikalisierung des öffentlichen Diskurses

durch die Bildung von Filterblasen und damit verbunden die Manipulation der politischen Willensbildung – dem Herzstück jeder Demokratie. Deshalb muss der Bund jetzt endlich aktiv werden und handeln.“

Der Bundesrat hat bereits im letzten September auf Initiative Sachsens einstimmig eine entsprechende Entschließung „für den Erhalt der Pressevielfalt – innovationsoffene und plattformneutrale Förderung der flächendeckenden Versorgung mit periodischen Presseerzeugnissen schnellstmöglich beginnen“ angenommen.

**Hintergrund**

Im Koalitionsvertrag hat die Bundesregierung vereinbart, sich dafür einzusetzen, die flächendeckende Versorgung mit periodischen Presseerzeugnissen zu gewährleisten. Seither ist von der Bundesregierung aber wenig in der Angelegenheit unternommen worden. Eine Ende 2021 vom Bundeswirtschaftsministerium



Sachsens Medienminister Oliver Schenk. Foto: Pawel Sosnowski

in Auftrag gegebene Studie zur „Erforderlichkeit und Möglichkeit einer Bundesförderung der Pressewirtschaft“ wurde bislang nicht veröffentlicht, innerhalb der Bundesregierung ist die Zuständigkeit nicht geklärt und im Bundeshaushalt wurden bislang keine Mittel eingestellt.

**Mobile Verbraucherberatung**  
Im Vogtland kommen die Experten jetzt zu Ihnen

**Vogtland.** Die Verbraucherberatung Auerbach wird ihr Angebot künftig noch erweitern und mit einem Mobil bei Verbrauchern in regelmäßigen Abständen vor Ort sein.

Leiterin Heike Teubner plant u.a. in Weischlitz, Klingenthal, Markneukirchen, Bad Elster und Adorf mit dem neuen Verbraucher-Mobile vor Ort sein zu können. Die Idee findet Landrat Thomas Hennig gut, weil ein starker Verbraucherschutz im ländlichen Raum für die Bürgerinnen und Bürger unerlässlich ist. Durch digitale Angebote und die nun mobile Beratung erreichen wir immer mehr Verbraucherinnen und Verbraucher, denen wir gemeinsam helfen können. Gerne nahm Landrat Thomas Hennig lobende Worte aus Leipzig mit, denn die Beratungsstelle Auerbach nimmt hinter Leipzig und Dresden mit über 10.000

Kontakten und über 2.600 Beratungen im vergangenen Jahr den dritten Platz in Sachsen ein. Im Freistaat Sachsen gibt es 13 Bera-



Landrat Thomas Hennig (links) im Gespräch mit dem Vorstand der Verbraucherberatung in Sachsen, Andreas Eichhorst (2.v.r.), Heike Teubner (3.v.r.) und Mitarbeitern. Foto: LKV

tungsstellen, die im vergangenen Jahr über 85.000 Verbraucherinnen und Verbraucher kontaktierten.

**Hier findest du deinen Traumjob!**  
Das Jobportal für deine Region!  
**JOBFINDER-chemnitz.de**

**KLEINANZEIGEN-COUPON**  
Ihre Kleinanzeige erscheint in der Gesamtauflage (641.491 Exempl.)  
WOCHENENDSPIEGEL

Schreiben Sie in diese Zeilen Ihren Text **3 Zeilen à 35 Anschläge** zum Preis von 40,00 €.

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Rubrik \_\_\_\_\_

DE \_\_\_\_\_  
IBAN \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_

Fügen Sie nach jeder Interpunktion und zwischen jedem Wort ein Leerzeichen ein. Berechnungsgrundlage sind die Bestellzeilen - die Abdruckzeilen können abweichen. Für unleserliche Texte übernimmt der Verlag keine Haftung. Es gelten die Bestimmungen der Preisliste 01/2023. Mit Auftragserteilung werden die AGB anerkannt. Anzeigenschluss ist Montag 17.00 Uhr.

**Private Anzeigen** sind Verkäufe, Gesuche aus dem privaten Haushalt, sowie Partneranzeigen. **Gewerbliche Anzeigen** sind alle Anzeigen zu Immobilien, Vermietungen und Dienstleistungen.

**Lastschriftmandat:** Ich ermächtige den Zahlungsempfänger „kommunikation&design verlag gmbh chemnitz“ Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift, 5 Tage nach Erscheinen der Zeitung, einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditkarteninstitut zur Einlösung dieser Lastschrift von meinem Konto an.

**Privat 40,00 €**  
(Mindestberechnung 3 Zeilen); je weitere Zeile 5,00 € inkl. MwSt.

**Gewerblich 40,00 €**  
(Mindestberechnung 3 Zeilen); je weitere Zeile 5,00 € zzgl. MwSt.

**CHIFFRE:**  
(Berechnung zzgl. 2 weiterer Zeilen) Zusendung 7,00 € inkl. MwSt.

**Jetzt kostenpflichtig bestellen**

**KEINE KOSTEN FÜR ARBEITSWEG!**  
**PKW-Service-Fahrer** m/w/d für Schülerverkehr gesucht  
Ihre Bewerbung richten Sie bitte an:  
• Haupt- oder nebenberuflich  
• ideal für Vorruehständler und Rentner  
• persönliches Fahrzeug  
Fritzsche Personenverkehr GmbH  
Chemnitzer Str. 160, 09217 Burgstädt  
bewerbung@fritzsche-personenverkehr.de  
**Telefon 0174-1776175**

**NOTDIENST**

**ÄRZTE** 116 117 (kostenlos)  
**www.116117.de**

**APOTHEKEN** www.aponet.de/apotheke/notdienstsuche

**ZAHNÄRZTE** www.zahnaerzte-in-sachsen.de

**Nutzen Sie zu Ihrem Vorteil...**  
den Prospekt von:

**SCONTO MÖBEL-SOFORT**

für Ihre Einkaufsplanung. Der Prospekt liegt der aktuellen Ausgabe bei. Wir bitten um Beachtung.

**IMPRESSUM**

**Herausgeber:** kommunikation&design verlag gmbh chemnitz  
Heinrich-Lorenz-Str. 2-4 | 09120 Chemnitz  
Telefon 0371 3559910  
Telefax 0371 355991190  
mail@wochenendspiegel.de

**Geschäftsführer:** Olaf Haubold

**Verlagsleitung:** Daniela Vieweg

**Chefredaktion (VidP):** Sven Günther  
s.guenter@wochenendspiegel.de

**Stellv. Chefredakteurin:** Judith Hauße  
j.hausse@wochenendspiegel.de

WochenENDspiegel Plauen  
Lessingstraße 4 | 08058 Zwickau  
Telefon 0375 2855400  
Telefax 0375 28554029  
plauen@wochenendspiegel.de

**Geschäftsstellenleitung:** Sandra Bartl-Kopp

**Redaktion:** Sven Günther  
s.guenter@wochenendspiegel.de

**Satz:** Mediengruppe Oberfranken – Planungs- und Herstellung GmbH  
Gutenbergstraße 1 | 96050 Bamberg

**Auflage:** 113.499 Exemplare

**Druck:** DZO Druckzentrum Oberfranken GmbH & Co. KG,  
Gutenbergstraße 1 | 96050 Bamberg

**Vertrieb:** VBS Logistik GmbH  
Heinrich-Lorenz-Str. 2-4 | 09120 Chemnitz  
Telefon 0371 33200100  
Telefax 0371 33200139

Die Redaktion behält sich vor, Zuschriften zu beantworten und auszusweise abdruckend. Nicht jeder Brief kann veröffentlicht werden. Veröffentlichungen müssen nicht immer mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernehmen wir keine Verantwortung. Zur Zeit gilt die Preisliste Nr. 3/2022 vom 01.10.2022. Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Hinweis „bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.

Weitere Informationen unter:  
www.werbung-im-briefkasten.de

# Riskanter Bluthochdruck

Ein Drittel aller Menschen im Vogtlandkreis betroffen

**Vogtland.** Hoher Blutdruck? Ganze 35 Prozent der Bevölkerung im Vogtlandkreis sind betroffen. Von 1.000 Personen leiden durchschnittlich 353 an einer Hypertonie. Spitzenreiter im Freistaat Sachsen ist der Kreis Nordsachsen mit 359 je 1.000 Einwohner, die wenigsten zählte der Leipziger Landkreis (251 je 1.000). Bundesweit allerdings liegt Sachsen mit einer durchschnittlichen Betroffenenrate von 32 Prozent deutlich über dem Bundesschnitt (22 Prozent), wird nur noch von Thüringen übertroffen.

Das geht aus Analysen im Morbi- und Sozialatlas der BARMER hervor. „Bluthochdruck ist alles andere als harmlos. Er kann Herz-Kreislauf-Erkrankungen verursachen, bis hin zum Herzinfarkt oder Schlaganfall“, sagt Lars Bräutigam, Regionalgeschäftsführer der BARMER in Plauen. Bei nahezu jedem zweiten über 60-Jährigen ist der Blutdruck krankhaft erhöht. Die Annahme,

Bluthochdruck sei eine unvermeidbare Alterserkrankung, sei jedoch falsch. „Die Ursache liegt oftmals einfach am Lebensstil. Nicht rauchen, ausreichend Sport und Bewegung im Alltag und eine ausgewogene Ernährung. Das sind die goldenen Regeln für einen gesunden Blutdruck“, so der BARMER-Regionalchef.

### Fragen Sie den „Herzcoach“

Hypertonie, so der Fachausdruck, gelte als unsichtbare Volkskrankheit. Für gewöhnlich seien kaum Beschwerden oder Beeinträchtigungen zu spüren, weswegen zu hoher Blutdruck lange unentdeckt bleiben kann und so über Jahre hinweg die Gefäße belastet. „Früherkennung spielt deshalb eine immens wichtige Rolle. Untersuchungen wie der Check-Up-35 beim Hausarzt sollten unbedingt ernst- und wahrgenommen werden“, sagt Bräutigam. Darüber hinaus biete die BARMER auch jüngeren Versicherten

bereits im Alter zwischen 18 und 34 Jahren einen Check-up an.

Denn die Erkrankung beginne schleichend. So seien in Sachsen etwa 10 von 1.000 der 18 bis 27-Jährigen betroffen gewesen, in der Altersgruppe der 30 bis 39-Jährigen sogar 43 von 1.000. Mit dem HerzCoach bietet die BARMER eine digitale und für alle Menschen kostenfreie Möglichkeit, die eigene Herzgesundheit zu überprüfen.

Dabei würden das individuelle Herzalter und das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen bestimmt, indem wesentliche Einflussfaktoren wie Essgewohnheiten, Körpergewicht oder familiäre Vorbelastung unter die Lupe genommen werden. „Aus dem Gesundheits-Check ergeben sich realistische und motivierende Zielsetzungen und ein gutes Gefühl für den persönlichen Gesundheitszustand“, so Bräutigam abschließend. **red**



Im Vogtland leiden nach neuen Zahlen 35 Prozent der Menschen an Bluthochdruck.

Foto: pexels.com

— ANZEIGE —

# Grünbeck auf Messe VogtlandBAU vom 18.-19. März

BAUEN – WOHNEN – WOHLFÜHLEN

Häuslebauer aufgepasst! Am Wochenende findet die Vogtland Bau Messe in der Festhalle Plauen statt. Sie wollen sich über neue Fenster und Türen informieren? Sie interessieren sich für einen Sicht-, Insekten- oder Einbruchschutz? Das Familienunternehmen Grünbeck Fenster & Türen Projekt GmbH aus Plauen schafft Lichtblicke und steht Ihnen beratend zur Seite. Unsere erfahrenen Planer finden für jede Ein- oder Umbausituation die beste Lösung, welche durch qualifizierte Monteure nach neuestem Stand der Technik ausgeführt wird. **Auch im Notfall sind wir zur Stelle:** Lassen sich Ihre Fenster und Türen schwer bedienen? Klemmt der Rollladen? Ist eine Scheibe gesprungen? Der Fensterdoktor hilft.



Im Foto: Jörg und Heike Grünbeck mit Sohn Maximilian

Machen Sie einen Termin mit dem Grünbeck-Fensterdoktor. **Telefon 03741-570477**



# „Kids meet Classic“

Vogtland Philharmonie begeistert Mädchen und Jungen im Bürgerhaus „Goldene Sonne“



„Kids meet Classic“ ist ein Projekt, bei dem die Vogtland Philharmonie speziell zugeschnittene Konzerte für Kinder und Jugendliche anbietet und sie damit für klassische Musik begeistern sowie ihr Interesse am Musizieren und am Erlernen eines Instrumentes wecken möchte, so zuletzt im Bürgerhaus „Goldene Sonne“ in Elterlein. **Foto: André Kaiser**

**Elterlein.** Letzten Dienstag erlebten ca. 400 Kinder ein großes Orchester live. Die Stadt Elterlein und der Förderverein Barbara-Uttmann-Haus Elterlein e.V., welcher die Planung und Organisation übernommen hatte, luden ins Bürgerhaus „Goldene Sonne“ ein. Die Vogtland Philharmonie Greiz/Reichenbach gastierte mit ihrem Format „Kids meet Classic“. Unter der Leitung des GMD Stefan Fraas, Sprechers Michael Pauser und des Konzertmeisters Sergei Synelnikov „spielten“ die Philharmoniker „Peter und der Wolf“ von Sergei Prokofjew.

Einige der Vorschüler aus Elterlein und Beierfeld, sowie Grundschüler aus Elterlein, Scheibenberg und Schlettau kamen dabei erstmals mit Orchestermusik in Kontakt. Schnell fanden die Kids und die Philharmoniker eine gemeinsame Tonart und hatten gleichermaßen Spaß. Neben dem Erlebnis Orchestermusik einmal live zu erleben, wurde auch Wissenswertes zu den Instrumenten und dem Orchester, sowie zur Musik und deren Entstehung vermittelt.

Unterstützt wurde die Aktion im Rahmen der „Social Days“, dem konzernweiten Programm der Deutschen Bank zur Förderung des ehrenamtlichen Engagements ihrer Mitarbeitenden, u.a.

auch finanziell von den Teams der Deutschen Bank Annaberg-Buchholz und Aue. Nadine Bergmann von der Deutschen Bank in Annaberg-Buchholz: „Wir engagieren uns gern wieder ehrenamtlich für die Einrichtung, da sie Menschen unserer Stadt verbindet. Sie ist nicht nur Treffpunkt und Förderer der Kultur in unserer Region, sondern bringt auch Menschen verschiedener Altersklassen zusammen. Besonders tolle und vielfältige Angebote gibt es hier für die Kleinsten – so unterstützt das Barbara-Uttmann-Haus derzeit das Projekt ‚Kids meet Classic‘, bei dem Jungen und Mädchen in die Welt der Instrumente und der Orchestermusik eintauchen können – dabei unterstützen wir natürlich sehr gern. In dieser besonderen Musikstunde erleben die Kinder den beeindruckenden Klang eines professionellen Sinfonieorchesters zum ersten Mal live. Die Kids werden so an interessante und spannende Orchestermusik herangeführt und können in eine andere Welt abseits des Alltags eintauchen. Wir freuen uns, heute in strahlende Kinderaugen zu schauen und Teil dieses besonderen Projekts zu sein“.

dem Jungen und Mädchen in die Welt der Instrumente und der Orchestermusik eintauchen können – dabei unterstützen wir natürlich sehr gern. In dieser besonderen Musikstunde erleben die Kinder den beeindruckenden Klang eines professionellen Sinfonieorchesters zum ersten Mal live. Die Kids werden so an interessante und spannende Orchestermusik herangeführt und können in eine andere Welt abseits des Alltags eintauchen. Wir freuen uns, heute in strahlende Kinderaugen zu schauen und Teil dieses besonderen Projekts zu sein“.

ANZEIGE

## Mit einem cleveren System zu einem trockenen Haus




vorher
nachher

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

Bis Ende März '23: Preise von 2019 sichern!

Drymat® Systeme GmbH

Dresdner Straße 24  
09577 Niederwiesa

☎ (03726) 720560
☎ (03741) 449206

www.drymat.de





Äußere Dresdner Straße 8  
08066 Zwickau  
Tel. 0375 - 6 06 11 39  
www.bikeprofis.de  
info@bikeprofis.de

Öffnungszeiten:  
Mo.–Fr. 9–19 Uhr  
Sa. 9–15 Uhr



FAHRRAD-CENTER ZWICKAU

## TESTEN SIE UNSERE GROSSE E-BIKE AUSWAHL

### Diamant Beryll Deluxe+



- komfortabler Aluminiumrahmen mit starkem Bosch Performance Line Motor 250 Watt
- 5-Gang Shimano Schaltung mit Rücktritt und 160 mm Scheibenbremsen

3269,00 € 2799,00 €

### Specialized Jett 24



- leichtes Aluminium-Kinderrad mit 8-fach Antrieb
- ausgestattet mit einer Alu-Gabel und verstellbarem Lenker

525,00 € 420,00 €

### Zwickaus größte Fahrradauswahl

2449,00 €

### Diamant 365



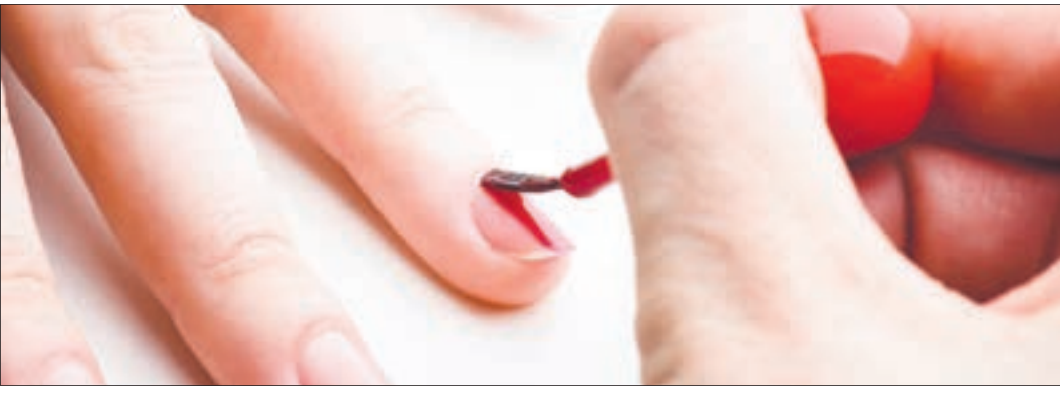
- leichtes sportives E-Bike mit extra-heller Beleuchtung von Herrmanns
- 250Wh-Akku im Unterrohr und Nabenmotor unterstützt mit 40Nm
- Shimano 9-fach Schaltung und hydraulische Scheibenbremsen

2449,00 €

Solange der Vorrat reicht!

## Fortschritt in der kosmetischen Dermatologie

Neues Serum gegen brüchige Nägel



Problemlos lassen sich kosmetische Lacke über das neue Nagel-Serum auftragen – in der gewünschten Trend- und Lieblingsfarbe, passend zum jeweiligen Tagesoutfit.  
Foto: stock.adobe.com | unpict

Wer wünscht sich keine schönen, festen Nägel und volles, glänzendes Haar? Doch diese Zeichen von Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden hängen nicht ausschließlich von guter Pflege ab. Wir sprachen mit dem Leiter der Haut- und Allergieklinik im Klinikum Hanau, Prof. Michael Ockenfels, über die Bedeutung von Mikronährstoffen, vor allem über das als Vitamin H oder Vitamin B7 bezeichnete Biotin.

**REDAKTION:** Herr Professor Ockenfels, die wohl wichtigste Basis für glänzende Haare und feste Nägel ist sicherlich nach wie vor eine ausreichende Versorgung mit Biotin, einem wasserlöslichen Vitamin aus der B-Gruppe (Vitamin B7).

Eine Biotin-Versorgung ist von innen mittels hoch dosierten Tabletten möglich. Eine gezielte Weiterentwicklung kommt jetzt als speziell entwickeltes, medizinisch fundiertes Nagel-Serum (BIO-H-TIN Stärkendes Nagel-Serum) zur äußerlichen Anwendung in die Apotheken. Was sind die Vorteile dieser Anwendung?

**PROF. OCKENFELS:** Zum Einen enthält das neue Serum zusätzlich zu Biotin eine spezielle, aus Bambusextrakt gewonnene Kieselsäure. Zusammen mit natürlichem Schwefel sorgt sie für eine gesunde Nagelstruktur. Darüber hinaus hilft der Naturstoff Chitosan, die empfindliche Nageloberfläche effektiv zu schützen. Vorzugsweise am Abend mit einem kleinen Pinsel aufgetragen, trocknet das Serum schnell, also keine Sorge vor öligem Flecken oder Spuren auf Kleidung oder Bettzeug. Die wertvollen Inhaltsstoffe dringen über Nacht tief in Nagelplat-

te, Nagelfalz und Nagelhaut ein, unterstützen das gesunde Nagelwachstum und geben so brüchigen Nägeln natürlichen Glanz, Elastizität und Festigkeit zurück. Morgens lassen sich dann die Reste rückstandslos mit Wasser abwaschen.

**REDAKTION:** Gibt es zu den Wirkungen wissenschaftliche Nachweise?

**PROF. OCKENFELS:** In einer Anwendungsbeobachtung über vier Wochen konnten 92 Prozent der Anwenderinnen über wesentlich stabilere Fingernägel berichten, 84 Prozent über weniger brüchige Nägel und 88 Prozent über eine deutlich gesteigerte Nagel-Attraktivität. Das ist sehr erfreulich.

**REDAKTION:** Eingebunden in das wissenschaftlich fundierte BIO-H-TIN Behandlungs-System ist das neue Nagel-Serum also eine sinnvolle Möglichkeit, jetzt auch von außen für gesunde und starke Nägel zu sorgen?

**PROF. OCKENFELS:** Das lässt sich sicher so sagen.

Vielen Dank für das Gespräch!

Whitelines



Professor Dr. Michael Ockenfels, Leiter der Haut- und Allergieklinik im Klinikum Hanau.  
Foto: Privat

## Rücktritt und Neustart

Wird Eric Frenzel neuer Bundestrainer?

**Von Sven Günther**  
**Region.** Diesen Rekord wollte Eric Frenzel unbedingt noch knacken, sich vor den großen norwegischen Langläufer Björn Dählie setzen. Geschafft. Mit der WM-Silbermedaille in Planica gewann der Erzgebirger, der seit 2014 seine Kolumnen im WochenENDspiegel schreibt, 18 Mal Edelmetall bei Weltmeisterschaften. Kein anderer nordische Wintersportler war erfolgreicher.

Mit dem Rekord kamen die Fragen: Mache ich weiter? Kann ich weiter Medaillen gewinnen? Lohnt sich die tägliche Trainings-Schinderei? Eric Frenzel gab sich die Antwort selbst: Nein. Die Konsequenz: Rücktritt Der Mann, den die ARD-Sportschau zum „King of NoKo“ krönte, springt und läuft nicht mehr.

**Hier seine Erklärung**

Liebe Freunde, liebe Anhänger der Nordischen Kombination, bei den Nordischen Skiweltmeisterschaften in Planica habe ich meine 18. WM-Medaille gewinnen können und damit halte ich nun für eine Zeitspanne, deren Ende noch nicht bekannt ist, den

Rekord in der Geschichte der Nordischen Weltmeisterschaften.

Neben meinen Olympiasiegen, Gesamtweltcupsiegen und Medaillen bei Weltmeisterschaften selbst war dies mein letztes sportliches Ziel. In Planica hatte ich international meine erste Medaille gewinnen dürfen. In Planica habe ich jetzt auch meine letzte Medaille entgegengenommen. Für mich hat sich im Tal der Schanzen ein Kreis geschlossen – der Kreis meiner sportlichen Karriere, die ich nun mit Abschluss der gegenwärtigen Saison beenden werde.

Ich bin denen, die mir diese Karriere ermöglicht haben, von der Familie bis hin zu meinen Trainern, außerordentlich dankbar und verneige mich vor allen, die einen wohlwollenden Anteil an meiner sportlichen Biografie genommen haben. Insbesondere vor jedem einzelnen Anhänger und Zuschauer. Aus dem Zuspruch von allen diesen Menschen habe ich die Kraft ziehen können, die zu meinen Erfolgen führte. Ich werde dem Sport, insbesondere meiner geliebten Nordischen

Kombination treu bleiben. Die Zukunft wird zeigen, in welcher Form sich das vollzieht.

Ich wünsche allen Wegbegleitern und Anhängern nur das Beste und der Nordischen Kombination eine gute Zukunft.

**Wird Frenzel der neue Weim-buch?**

In Expertenkreisen wird laut darüber nachgedacht, dass Frenzel weiter an Schanzen und Loipen präsent sein und sein Wissen weitergeben muss. Offenbar liegt die Lösung intern schon auf dem Tisch: Der WM-Medaillen-Rekordhalter wird neuer Bundestrainer, übernimmt das Amt von Hermann Weinbuch, mit dem er eine enge Beziehung hat.

Wenn Sie mehr von Eric Frenzel über Eric Frenzel erfahren möchten, sollten sie das neue Buch „Ski-Spitzen“ per E-Mail an buch@erz-art.de bestellen. Die Agentur ERZ-art der Medien-GRUPPE Chemnitz-Erzgebirge (in der auch der WochenENDspiegel erscheint) hat es hergestellt und lässt die Leser an den Gedanken des Weltstars teilhaben.



Eric Frenzel mit seiner Frau Laura. Für sie wird er in Zukunft mehr Zeit haben, tritt als Sportler zurück. Foto: Privat

## So viele Sachsen-Millionäre wie noch nie

Sachsenlotto zieht Jahresbilanz 2022

**Leipzig.** Die Zahl der Sachsen, die sich über einen Lottogewinn in Millionenhöhe freuen dürfen, nimmt zu. Im vergangenen Jahr gab es bei Sachsenlotto insgesamt 157 Millionengewinne im Freistaat. Das teilte die Sächsische Lotto-GmbH auf ihrer Jahrespressekonferenz für 2022 mit. Ausgeschüttet wurden wurden 165,8 Millionen Euro.

Die Spieleinsätze lagen bei 331,7 Millionen Euro, im Durchschnitt hat damit 2022 jeder Sachse 82,04 Euro in sein persönliches Glück und in das sächsische Gemeinwohl investiert. Pro-Kopf kommen die Sachsen auf einen wöchentlichen Einsatz von 1,58 Euro.

Beliebtestes Spiel war 2022 erneut der Klassiker: Die Spieleinsätze bei Lotto 6aus49 lagen bei 177,6 Millionen Euro und machten damit 53,5 Prozent der gesamten aus.

Ein großes Plus bei den Spieleinsätzen gibt es auch bei Eurojackpot aufgrund der im März eingeführten zweiten Wochenziehung: Mit einem Spieleinsatzanteil von 17,5 Prozent liegt die europaweite Lotterie Eurojackpot auf Platz 2 in Sachsen. „Das ist das beste Unternehmensergebnis, das die Sächsische Lotto-GmbH je erzielt hat“, bilanziert Frank Schwarz, Geschäftsführer der Sächsischen Lotto-GmbH. Er weiß, dass davon alle Sachsen indirekt profitieren. Rund 120 Millionen Euro gingen als Abgaben des staatlichen Lotterianbieters zum Gemeinwohl an den Freistaat.

„Das sind gut 40 Prozent der Einsätze aller Spielerinnen und Spieler, die damit an den Landeshaushalt weitergehen, woraus Sport, Kultur, Wohlfahrt sowie Umwelt- und Denkmalschutz unterstützt werden“, so Schwarz. Seit ihrem

30-jährigen Bestehen hat die Sächsische Lotto-GmbH in der Zeit ihres Bestehens mittlerweile dem Freistaat mehr als 3,3 Milliarden Euro für das Gemeinwohl zur Verfügung gestellt.“

**Sachsenlotto und Fraunhofer-Zentrum vereinbaren Forschungszusammenarbeit**

In der geplanten Forschungsoperation werden neue Erkenntnisse über die wirtschaftliche Bedeutung des Lotteriangebots für die sächsischen Städte und Gemeinden und den Freistaat

Sachsen gewonnen. Diese sollen in kurz- und langfristige Forschungsansätze einfließen.

Erforscht werden soll unter anderem das Verhalten der Mitspieler, welche regionalen Unterschiede und Gemeinsamkeiten gibt es hier? Was ist den Spielern wichtig? Oder welche Bedeutung hat das Lottospiel für Sachsens Volkswirtschaft?

Im Fokus stehen dabei die einzelnen Verkaufsstellen und deren verkaufte Produkte. Personenbezogene Daten werden hierbei nicht an das Fraunhofer weitergegeben. red



Frank Schwarz, Geschäftsführer der Sächsischen Lotto-GmbH und der Spielbankengesellschaft.  
Foto: Sachsenlotto

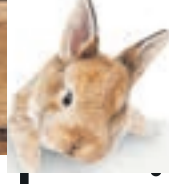
besucht uns auf  
facebook & instagram

OSTERN IM  
HAASEN WALD

Ostersonntag, 09.04.2023

Ostermontag, 10.04.2023

jeweils 10 - 18 Uhr



Ostereiersuche für unsere  
kleinen Gäste!

Leckeres vom Grill | Getränke | Kaffee | Kuchen

Haasenwald Ebersbrunn  
Lengenfelder Straße 53a  
08115 Lichtentanne OT Ebersbrunn

Tel.: 0151 2500 0024



## Schicker Klick

Website der Vogtlandbibliothek im neuen Design

**Plauen.** Übersichtlicher, moderner und mit neuem Design zeigt sich die Homepage der Vogtlandbibliothek seit Mittwoch (15. März).

Die bisherige Website war nicht mehr zeitgemäß und wurde nun mit dem gleichen Content Management System umgesetzt wie die Website der Stadt Plauen. Das hat auch positive Auswirkungen auf die Pflege und Wartung der Website.

Die Online-Redakteure der Stadt können bei Bedarf die Vogtlandbibliothek jederzeit unterstützen. Im Rahmen der Umgestaltung wurde die Website entsprechend der Corporate Identity der Stadt angepasst.

Auch einige neue Funktionen bietet die modernisierte Seite. So gibt es einen Veranstaltungskalender, einen Bereich für aktuelle Mitteilungen samt Archiv, eine Übersetzungsmöglichkeit der Website via Google-Translator sowie die Möglichkeit der datenschutzkonformen Einbindung von YouTube. Die gewohnten Funktionen des Benutzerkontos, des Medienkatalogs und der Onleihe VoBiNet sind im überarbeiteten Erscheinungsbild auf den ersten Blick

zu finden. Durch die Optimierung wird die Homepage nun den modernen Anforderungen mobiler Endgeräte gerecht. Die neue Homepage ist auch weiterhin unter der bekannten Adresse [www.vogtlandbibliothek.de](http://www.vogtlandbibliothek.de) zu erreichen.

### Historie

Ende 1900 besaß die Stadtbibliothek 2975 Werke in 6690 Bänden. Außerdem eine große Anzahl Akten, Aufrufe, Mandate, Petitionen, Zeichnungen, Karten, Pläne, Stiche, Flugblätter, Gelegenheitschriften und -lieder, Programme, Musiktexte, Theaterzettel, Familien- und Geschäftsanzeigen, welche geordnet und in Mappen aufbewahrt waren. Am 6. Oktober 1900 wurde die Stadtbibliothek der öffentlichen Benutzung übergeben.

Eine rasante Entwicklung begann. Im Jahr 1977 waren bereits 200.000 Medieneinheiten im gesamten Bestand. 1993 änderte man den Namen der Plauer Stadtbibliothek in „Vogtlandbibliothek“ und 1997 wurden die neuen Räume in der Neundorfer Straße bezogen.

red



Die Vogtlandbibliothek präsentiert sich online in einem neuen, modernen Design. Foto: Stadt Plauen

## Blutiger Sommer 1945

Drei Bücher dokumentieren die Greuelthaten nach dem zweiten Weltkrieg in Tschechien

### Von Sven Günther

**Region.** Der Inhalt der Bücher geht in die Tiefe - und ist zugleich schockierend. Selten wurden die Gewalttaten, die nach dem 2. Weltkrieg in Tschechien geschahen, umfassender recherchiert und dokumentiert als in den drei Büchern „Blutiger Sommer 1945“, „Was geschah in Aussig“ sowie „Was geschah in Saaz und Postelberg im Juni 1945“ des Leipziger Verlages „Tschirner&Kosova“. Die Autoren konnten Geheimakten in tschechischen Archiven einsehen, haben auf Kommentierungen verzichtet und stellen die reinen Fakten dar.

Dem WochenENDspiegel gab Verleger Jürgen Tschirner dieses Interview.

### WOCHENENDSPIEGEL:

**Die drei Bücher sind mit dem Titel „Blutiger Sommer 1945“ zusammengefasst und gehen tief ins Detail. Was ist Ihre Mission gewesen, die Bücher zu verlegen?**

**JÜRGEN TSCHIRNER:** Meine Frau hat das Buch Blutiger Sommer 1945 durch Zufall in tschechischer Sprache in einer Buchhandlung in Ústí nad Labem entdeckt. Das war im Jahr 2018. Beim Durchlesen haben wir beide gemerkt, dass wir zu diesem Thema nichts wissen und waren über den Inhalt schockiert. Wir haben dann relativ schnell den Autor angesprochen und die Lizenzrechte für eine deutschsprachige Ausgabe erworben und das Buch übersetzen lassen, was wegen des Umfangs auch noch einmal 18 Monate dauerte.

**WochenENDspiegel** Fürchten Sie nicht, dass der Inhalt Deutsche und Tschechen spaltet bzw. hoffen Sie, dass der Inhalt Deutsche und Tschechen verbindet.

**JÜRGEN TSCHIRNER:**

Uns war es wichtig, dokumentarisch aufzuzeigen, was passiert ist, den Zugang zu den Informationen zu schaffen. Nur wenn man die Fakten kennt, kann man sich auch ein Bild über eine Situation machen. Die Tatsache, dass dies durch tschechische Autoren geschehen ist, sorgt zusätzlich für Akzeptanz.

In Tschechien sind jüngere Leser an dem Thema sehr interessiert, in der Altersspanne von 35 bis 55 herrscht die Meinung vor, dass er gerechte Taten gegen die deutschen Aggressoren waren. Die über 55-Jährigen wollen von diesen Dingen nichts wissen.“

**WOCHENENDSPIEGEL:** Können Sie sagen, wie viel Recherchearbeit in den Büchern steckt?

**JÜRGEN TSCHIRNER:** Bei den Büchern über die Ereignisse in Postelberg und Aussig haben die Autoren jeweils etwa drei Jahre recherchiert. Bei Blutiger Sommer 1945 war es etwas mehr, dort war ein ganzes Team von Mitarbeitern in ganz Tschechien unterwegs. In allen Fällen wurde die meiste Zeit in tschechischen Archiven verbracht

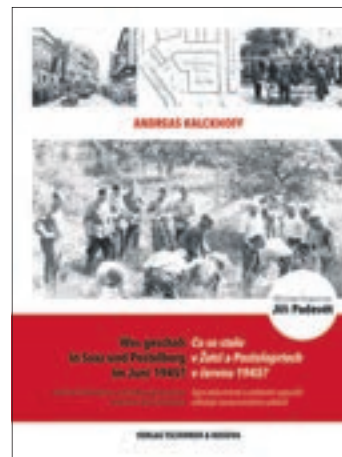
**WOCHENENDSPIEGEL:** An welche Leserschaft sind die Bücher adressiert?



Jürgen Tschirner mit seiner Frau Katerina Kosova. Wo Sie die Bücher bestellen können finden Sie unter [www.tschirner-kosova.de](http://www.tschirner-kosova.de) im Internet. Fotos: T&K

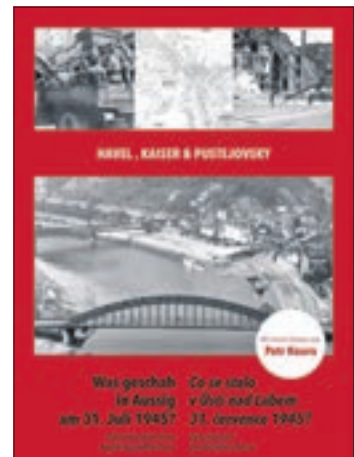
**JÜRGEN TSCHIRNER:** Die Erlebnisgeneration (Vertriebene, deren Kinder, Enkel, Urenkel). Am Menschen, die in grenznahen Regionen zu Tschechien leben und arbeiten sowie an historisch interessierte Menschen, Geschichtslehrer an Schulen und Dozenten an Universitäten.

**WOCHENENDSPIEGEL:**



**Würden Sie sich freuen, wenn das Thema im Geschichtsunterricht eine Rolle spielen würde?**

**JÜRGEN TSCHIRNER:** Eindeutig ja, das Thema „Wilde Vertreibungen“ kommt praktisch nicht vor - sage ich als Vater von zwei Kindern, die das sächsische Gymnasium derzeit in der 10. und 11. Klasse besuchen.“



Ach, du dickes Ei!

20.3.-15.4.  
ENTDECKE  
UNSERE BUNTE  
OSTERDEKO

.....  
Extra Überraschungen  
am 6. + 8. April!

**STADT-GALERIE**  
PLAUE

Schöner einkaufen im Vogtland.



In Graal-Müritz kommt zu Ostern der Ostsee-Hase.  
Foto: DJD/www.graal-mueritz.de/André Pristaff(Marketing & Event)

## URLAUB

# SALZIGE SEELUFT

## Urlaub für die ganze Familie

### An der Ostsee mit Oma und Opa Fabelhafte Familienferien

Eltern und Großeltern mit Kindern und Enkeln, Tante und Onkel mit Nichten und Neffen – alle Generationen haben ihren Spaß, in den großen Ferien oder auch beim Kurzurlaub in der Nebensaison.

### Natur erleben: Strand, Wald und Moor

Der lange weiße Strand und das flache Ufer der Ostsee sind die größten Abenteuerspielplätze für Muschelsammler und Sandburgenbauer in jedem Alter. Aber auch im Hinterland gibt es viel zu entdecken: Zum Beispiel der schattige Kurwald mit „Grünem Klassenzimmer“, Trimm-

Dich-Geräten, Ruhebereichen und Klangwald. Im Rhododendronpark blühen im Mai und Juni hohe Stauden in strahlenden Farben. Wanderführer bieten kurzweilige und spannende Touren durch unberührte Küstenlandschaften an, sowohl in der weitläufigen Rostocker Heide wie auch im Biotop „Ribnitzer Großes Moor“, wo seltene Frösche, Kreuzottern und Kraniche zu Hause sind.

### Feste feiern: Ostern, Konzerte und Märchennacht

Alle Veranstaltungen in Graal-Müritz werden familienfreundlich gestaltet. Das beginnt beim Ostervergnügen mit Lagerfeuer und Ostsee-Hase, gilt auch für die Ende April stattfindende Aktiv- und Gesundheitswoche mit

einem Familiensportfest zum Finale sowie für die Saisonfeste im Rhododendronpark mit Rhododendronkönigin, Musik, Tanz und Genuss. Ein sommerlicher Höhepunkt im Juli ist das Seebrückenfest mit Konzerten, Silent-Disco für Teenager und spektakulärem Feuerwerk.

Im August lockt der fantasievolle Sommermärchenpark (ehemals Märchennacht) mit Mitmachangeboten, Theater und Lesungen. Und Anfang September geht es beim Fest der Moorgeister auf schaurig schöne abendliche Wanderungen.

**Tierische Ausflüge: Pferde, Vögel und Europas bester Zoo**  
Es lassen sich erlebnisreiche Tagesausflüge unternehmen, bei

denen keine Langeweile aufkommen kann. Das Freilichtmuseum Klockenhagen zeigt in historischen Bauernhäusern, Ställen und Werkstätten anschaulich, wie Menschen und Tiere hier früher gelebt und gearbeitet haben. Der Erlebnisreiterhof „Bernsteireiter“ lädt Anfänger und Fortgeschrittene zu Ponyabenteuern, Kutschfahrten oder Ausritten an den Strand ein.

Im Vogelpark Marlow sind viele Freianlagen begehbar, sodass die Gäste den Weißstörchen, Sittichen und Pinguinen, aber auch Kängurus, Alpakas und Affen ganz nah kommen können. Noch mehr Tiere aus aller Welt lassen sich im Zoo Rostock bestaunen, der als „Bester Zoo Europas“ ausgezeichnet wurde. **djd/red**

### SPREEWALD



**Hotel „Waldhütte“**  
Nähe Spreewald, an Talsperre, idyllische Lage  
**7 x Ü/HP ab 339,- € seit 2019 neu ausgestattete Zimmer & Bäder - Wellnessbereich mit Schwimmhalle**  
Hund erlaubt, Infomaterial anfordern.  
Sebastian Löbelt-Friedrich, Alte Poststraße 1, 03058 Klein Döbbern  
☎ 035608 40033 • www.hotel-waldhuette.de

### OSTSEE

**Hotel Jägerstuben** 3 Übern. incl. Frühstück & Abendessen (3-Gang-Menü) für 250 €/P. in Ritterhude bei Bremen, Tel. 04292-561 **www.jaegerstuben-ritterhude.de**

**Kurzfristig freie Termine** 2 komfortable FeWo's, 17440 Freest / Ostsee, **ganzjährig**, 2-10 Personen. Telefon: 0172-3204230, Infos hier: **www.freest-fewo.de**

**-neu- OSTSEETRAUM -neu-** Urlaub mit Familie und Hund, sonnenschein-ferienhaus.de

**Ostseebad Boltenhagen**, Top 2 Zi. Fewo bis 4 Pers., freie Termine Ostern, Pfingsten und auch im Sommer, 04762/ 8005, **www.stelling-fewo.de**

**Ostseefjord Schlei** Holzhaus f. 2 Pers., 150 m zum Wasser, Kleiner Garten, überdachte Terrasse, pro Tag 60 Euro. Tel.: 04641-9889965 **www.ferienhaus-ulsnis.de**

**Frühlingserwachen am Schönberger Strand/Kiel** komf. FeWo mit Terrasse 2 P., strandnah, Fahrr. Termine auf Anfrage ☎ 0172/6727008, **www.ostsee-fewo-karina.de**

**4 Sterne-FH (2-4 P.)** nahe Kurhaus, **www.carolinensiel-haus-doris.de** Tel. 02369-207494

**Bad Tabarz Kurzurl.** 4 Ü/P./Fr. ab 26,50 € zu verm., 2 DZ m. Minikü.DU/WC, Radio/TV, Tel. 036259-58266

**Frühling im Schwarzatal!** Schöne Fam.-Pension, komf. Zi. m. Balk. 4 Ü/HP ab 187€/P. Radfahr., Wandern, Erlebnisbad, Feengrotten, Bergbahn, 07429 Sitzendorf Hauptstr.76a, Sibylle Lanzendorf, Tel.: 036730-22228, **www.pension-bergmann.info**

### NORDSEE

**100m zum Meer, Dorum**, jetzt Rabatt, komf. FeHs / FeWo, Meerblick, Tiere ja., Wellenbad mit Whirlpool, Saunen, Gartenzaun, Telefon 04741/180786, **www.ferienpark-dorum.de**

**Einfach empfehlenswert** das klein-feine Gästehaus Sonngruber in ruhiger Berglage mit grandioser Blick a.d. Dolomiten u. kulinarischer Verwöhnung d. die Gastgeber persönlich. Ü/F 36 €, HP 49 €. Tel 0039-0472-830777 **www.sonngruber.it**



ANZEIGE

Hier können Sie ihre Reiseanzeigen schalten.

Wir beraten Sie gern unter ☎ 0371 355991102

### ZINGST

**Schöne FeWo 60 m²**

Nähe Ostseebad Zingst  
4 Pers. • Tel. 03 82 27 / 59 82 83  
**www.mixed-formationhhh.de**

### RÜGEN

**Rügen / Ostseebad Göhren**  
**FREIE TERMINE** ☎ 038308-2338  
oder **WWW.GOEHRENFERIEN.DE**

### USEDOM

**Frühling im Seebad Trassenheide**  
Fewos + F-haus, 038371-28342  
**www.ferienwohnungen-wiesenblick.de**



**Hotel am Gothensee**  
INSEL USEDOM

**FRÜHLING AUF DER INSEL USEDOM**

ab dem 31.03.2023 bis zum 28.04.2023  
7 x ÜF im DZ p.P. 315,00 €  
Infos: **www.hotel-am-gothensee.de**

Am Gothensee 2  
17424 Ostseebad Heringsdorf  
T: 038378-33680, M: gothensee@web.de

### KURREISEN

Seit 25 Jahren spezialisieren wir uns in Kuraufenthalten!  
**Park Hotel \*\*\*\* KUR & SPA im Bad Flinsberg mit eigener Radonquelle!**  
Rufen oder schreiben Sie uns an:  
0048/75 78/16229, parkhotel@parkhotel.pl  
Ul. Orzeszkowej 2, 59-850 Swieradow Zdrój, **www.parkhotel.pl**

## Erlebnisreiche Urlaubsmomente in Wernigerode

Sparen Sie bis zu 32% mit dem Burg-Special TITAN PLUS



Herzlich Willkommen im Hasseröder Burghotel. Wunderschön am Fuße des Brockens mit traumhaftem Blick auf die bunte Fachwerkstadt Wernigerode gelegen, lädt das mittelalterliche Themenhotel mit seinen Rundum-Sorglos-Arrangements ein, gemeinsam traumhafte Erinnerungen mit erlebnisreichen Ausflügen im sagenumwobenen Harz zu sammeln. Mit seinen modernen Zimmern, Familienappartements und Suiten bietet das Hasseröder Burghotel einen optimalen Ausgangspunkt, um den Harz mit all seinen Facetten zu erkunden. Sparen Sie bis zu 32% und planen Sie unvergessliche Tage mit Ihren Liebsten mit dem Arrangement Burg-Special TITAN PLUS inklusive zwei Übernachtungen, Halbpension und den Buffet-Getränken zur Mahlzeit. Hier sind die Eintritte für TITAN, die weltweit längste Hängeseilbrücke ihrer Art im Rappbodeltal, den Aussichtsturm Solitair – 39 m hoch mit Blick über das Harzer Vorland

und das 5D-Kino-Erlebnis an der Rappbodeltalsperre bereits im Arrangementpreis enthalten. Neben dem kompletten Wohlfühl- und Erlebnispaket sind auch ein Begrüßungsgetränk, der hauseigene Parkplatz, WLAN, die tägliche Minibarauffüllung und das umfangreiche Veranstaltungsangebot im Hotel ab 199,00 € pro Erwachsenen im Doppel- oder Familienzimmer enthalten. Kinder bis einschließlich 4 Jahre übernachten sogar kostenfrei im Zimmer der Eltern. Genießen Sie bezaubernde Natureindrücke, kulturelle Highlights und energiegeladene Erlebnisse für Groß und Klein. Interessierte entdecken weitere vielfältige Angebote für Ihre Urlaubsfreunden unter: **www.hasseroder-burghotel.de**

**Burghotel Wernigerode GmbH & Co. KG**  
Langer Stieg 62  
38855 Wernigerode

## Frühlingsgefühle genießen im Kaiserwinkel

In der traumhaften Aktivregion zwischen Kitzbühel und der deutschen Grenze lassen es sich Genießer gutgehen. Das Hotel Alpina\*\*\*\*s Wellness & Spa Resort zählt zu den besten Häusern in der Region. Sein Wellness- und Spa-Angebot ist beachtlich. Eine fantastische Saunalandschaft mit eigener Damensauna und Familiensauna, Bäder, Fitnessseinrichtungen, Beautyanwendungen, Massagen, eine wundervolle Badewelt mit Hallenbad und Außenpool u. v. m. versprechen pure Entspannung. In der romantischen Zirben-Spa-Suite finden Paare bei einem Meersalz-Ganzkörperpeeling, einem Sleep-Honey-Bad, einer Rückenmassage und Ruhen im Himmel-Wasserbett Zeit für sich. Für Familien gibt es einen eigenen Bereich, in dem Kinder Kind sein dürfen, ohne die Erwachsenen bei ihrem Wellnessgenuss zu stören. Selten finden Gäste derart vielfältige Zimmerkategorien. Von der luxuriösen Wellnesssuite mit Kachelofen über die edlen Zirbensuiten mit



Infrarotsauna und Whirlpool im Wellnessbad und die Suite „Galerie“ mit Wasserbett bis hin zur Familiensuite mit eigenem Kinderzimmer u. v. m. reicht die Auswahl. Ein kleiner Vorgesmack: 140 regionale, reichhaltige Bio- und Vitalprodukte von heimischen Bauern und Qualitätslieferanten warten schon beim Frühstück auf Feinschmecker. Das Restaurant ist als kleines Tiroler Dorf gestaltet, wo

abends die Köstlichkeiten aus der Alpina-Küche schmecken. Einmal in der Woche heizt der Küchenchef auf der Terrasse den Grill an. Vor der Hotel-tür wird nach Herzenslust gewandert, geradelt, gesportelt. 200 Kilometer markierte Wanderwege und unzählige Radrouten in allen Schwierigkeitsgraden führen durch die traumhafte Landschaft des Kaiserwinkls. **www.hotel-alpina.at**

ANZEIGE

Unsere **Leser-Reisen**

präsentiert von: **WOCHENSPIEGEL**

**sonnenhotels**  
Classic

**Naturpark Harz**



4 Tage nur **250 €** pro Person

Sonnenhotel Wolfshof in Wolfshagen

### HARZER AUSZEIT

Reisezeitraum: Februar bis Mai 2023  
Anreise ist täglich möglich (ausgenommen An/Abreise samstags)

Das dürfen Sie erwarten:  
✓ 3 Übernachtungen im Doppelzimmer „Sonnental“  
✓ 3 mal Frühstücksbuffet  
✓ 3 mal Abendessen im Rahmen unserer beliebten Halbpension  
✓ freie Nutzung des Hallenbades und der Sauna

Februar bis März  
✓ 1 mal Eintritt ins Vistry in Goslar  
✓ 1 mal Teilnahme an der Führung des Wernigeröder Schlosses  
April bis Mai  
✓ 1 mal Okerschiffahrt  
✓ 1 mal Eintritt in die Ibergertropfsteinhöhle

### sonnenhotel WOLFSHOF CLASSIC

Preis pro Person	4 Tage
Februar bis Mai	250 €
Einzelzimmerzuschlag (einmalig)	60 €

Kinderermäßigungen und 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 Buchung:**  
Tel.: 05321 68 55 40  
**Buchungs-Code: WEG-2302-SWH**  
Mail: **info@sonnenhotels.de**

# Alex TOURISTIK



## MEHRTAGESFAHRTEN



**p.P. im DZ**  
**649,00 €**  
6-TAGE REISE

### ERHOLSAME FRÜHLINGSTAGE AM BODENSEE

Blumenpracht Insel Mainau und Schweiz

- LEISTUNGEN:**
- Fahrt im Komfortreisebus
  - Haustürabholung gegen Aufpreis\*
  - 5 Übernachtungen im 3\* Hotel Am Obstgarten
  - 5 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
  - 4 x Abendessen als Menü • 1 x Grillabend
  - Begrüßungsdrink • Stadtführung Ulm
  - Ausflug Lindau mit Pfänderbahn und Schifffahrt
  - Ausflug Allgäu • Begrüßungskaffee
  - Alex Touristik Reisebegleitung

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 65,00 €
- Kurtaxe: vor Ort zu zahlen
- Ausflug Insel Mainau inkl. Eintritt 43,00 € vor Ort zu zahlen
- Ausflug St. Gallen und Schaffhausen 30,00 €

**TERMIN:**  
• 12.05. – 17.05.23  
Mindestteilnehmer: 22 Pers.



**p.P. im DZ**  
**639,00 €**  
6-TAGE REISE

### GRÜSS GOTT IM CHIEMGAU ÜBER PFINGSTEN

„Pfungstroas“ in Inzell & Winklmoosalm

- LEISTUNGEN:**
- Fahrt im Komfortreisebus
  - Haustürabholung gegen Aufpreis\*
  - 5 Übernachtungen im 3\* Hotel Seeblick Obing
  - 5 x Frühstücksbuffet/ Begrüßungsgetränk
  - 4 x Abendessen als 3-Gang Menü
  - 1 x 4-Gang Abschiedsmenü
  - kombinierte Rundfahrt/ Rundgang in Straubing
  - Ausflug Rosenheim mit Stadtführung und Schifffahrt auf dem Chiemsee
  - Ausflug Schlemmertag Alpenstraße inkl. Maut Winklmoosalm Kaffeegedeck bei der Windbeutelgräfin
  - Halbtagesfahrt Wasserburg inkl. Stadtführung
  - Ausflug „Pfungstroas“ Inzell
  - Eintritt/ Führung Kuchlbauer Bierwelt

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 60,00 €
- Zuschlag Komfortzimmer mit Balkon 70,00 € p.P.

**TERMIN:**  
• 26.05. – 31.05.23  
Mindestteilnehmer: 22 Pers.



**p.P. im DZ**  
**499,00 €**  
6-TAGE REISE

### WILLKOMMEN IM SCHWARZWALD


Kirschtorte, Kuckucksuhren, Insel Mainau

- LEISTUNGEN:**
- Fahrt im Komfortreisebus
  - 5 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
  - 1 x 3-Gang Menü nach Wahl des Küchenchefs
  - 4 x 3-Gang Wahlmenü • Begrüßungsschnaps
  - Schwarzwaldrundfahrt mit Reiseleiter
  - Überraschungsausflug mit Picknick
  - Kirschtortenseminar inkl. Kaffeegedeck
  - 1 x Tanzabend mit Live - Musik
  - Alex Touristik Reisebegleitung

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 60,00 €
- Kurtaxe ca. 11,00 € vor Ort zu zahlen
- Ausflug Schaffhausen und Insel Mainau 39,00 € vor Ort zu zahlen
- Ausflug Elsass und Colmar mit Reiseleitung und Bummelzugfahrt 39,00 €

**TERMIN:**  
• 05.08. – 10.08.23  
Mindestteilnehmer: 26 Pers.



**p.P. im DZ**  
**795,00 €**  
8-TAGE REISE

### SONNENTAGE AM ZAUBERHAFTEN ACHENSEE

Genießerurlaub im herrlichen Land Tirol

- LEISTUNGEN:**
- Fahrt im Komfortreisebus
  - 7 Übern. im 3\*Hotel Fischerwirt/ Begrüßungsdrink
  - 7 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
  - 6 x 3 Gang Wahlmenü am Abend / 1x Grillabend
  - Aufenthalt in Rattenberg
  - Achenseeschiffahrt nach Pertisau
  - Eintritt Besucherzentrum Tiroler Steinöl
  - Ausflug Engalm inkl. Maut
  - Ausflug Seenzauber inkl. Schifffahrt Schliersee
  - Ausflug zum „Bergdoktor“ inkl. Traktorzugfahrt

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag (Zimmer zur Straße) 0,00 €
- DZ Alleinbenutzung 162,00 €
- Kurtaxe: ca. 21,00 € vor Ort zu zahlen
- Ausflug Zillertal (Bahnfahrt & Jause) 52,00 € vor Ort zu zahlen

**TERMIN:**  
• 02.07. – 09.07.23  
Mindestteilnehmer: 22 Pers.



**p.P. im DZ**  
**869,00 €**  
8-TAGE REISE

### SÜDTIROL - DORF TIROL BEI MERAN

Von der Sonne verwöhnt und von Weinbergen umgeben

- LEISTUNGEN:**
- Fahrt im Komfortreisebus
  - 7 Übernachtungen im 3\*Hotel Bellevue Dorf Tirol
  - alle Zimmer mit DU/WC, TV und Balkon
  - 7 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
  - 3 x 3-Gang Menü mit Salat- und Vorspeisenbuffet
  - 3 x 4-Gang Menü am Abend
  - 1 x Buffet- oder Grillabend im Rahmen der HP
  - Ausflug Passeiertal mit Reiseleitung
  - Ausflug Hafting mit Reiseleitung und Weinprobe

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 98,00 €
- Ausflug Gardasee mit Schifffahrt 39,00 € vor Ort zu zahlen
- Dolomitenrundfahrt 29,00 € vor Ort zu zahlen
- Kurtaxe: ca. 15,00 € vor Ort zu zahlen

**TERMINE:**  
• 28.05. – 04.06.23  
• 02.07. – 09.07.23  
Mindestteilnehmer: 22 Pers.



**p.P. im DZ**  
**999,00 €**  
8-TAGE REISE

### MEDITERRANE TRÄUME AM WEISSENSEE

Kärnten und das 3-Ländereck über Pfingsten

- LEISTUNGEN:**
- Transfer ab/an Haustür in Region\*\*
  - Fahrt im Luxusreisebus SETRA 516
  - 7 Übern. im 4\*Hotel zum Weißensee
  - Begrüßungsdrink im Hotelgarten
  - 7 x Frühstücksbuffet mit lokalen Bauernprodukten
  - 6 x Abendessen mit Menüwahl und Salatbuffet
  - 1 x Gala-Abschiedsabendessen
  - Schiffsrundfahrt auf dem Weißensee
  - Ausflug Slowenien mit Bled und Planica
  - Ausflug 7-Seenfahrt mit Reiseleitung
  - Auffahrt auf die Naggler Alm und Bergspaziergang
  - Ausflug Floßfahrt auf der Drau mit Musik und deftiger Jause
  - Ausflug Kärntner Nockberge und Gmünd

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 86,00 €

**TERMIN:**  
• 25.05. – 01.06.23  
Mindestteilnehmer: 18 Pers.



**p.P. im DZ**  
**959,00 €**  
8-TAGE REISE

### DER BESONDERE ÖSTERREICHURLAUB

Steirische Höhepunkte und Schlemmereien

- LEISTUNGEN:**
- Transfer ab/an Haustür in Region\*\*
  - Fahrt im Luxusreisebus SETRA 516
  - 7 Übernachtungen im 4\*Alpenhotel Hohegger
  - 7 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
  - 5 x Wahlmenü mit Salat und Vorspeisenbuffet
  - 1 x Grillabend & 1x Kärntner Schmankerl-Buffer
  - 1 x Kaffee und hausgebackener Kuchen
  - 1 x Weinprobe mit Jause Schilcher Weinstraße
  - Ausflug Schilcher Weinstraße inkl. Eintritt Piber
  - Ausflug Graz mit Stadtführung • Ausflug „Dreiländereck“
  - Sesselfahrt Hohenwart
  - Ausflug Floßfahrt auf der Drau mit Musik und Rosenproseccoverkostung
  - kulinarische Überraschungsfahrt Südsteiermark
  - Reiseleitung bei Ausflügen

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 122,00 €

**TERMIN:**  
• 25.07. – 01.08.23  
Mindestteilnehmer: 18 Pers.



**p.P. im DZ**  
**1.039,00 €**  
8-TAGE REISE

### DOLCE VITA AM ZAUBERHAFTEN GARDASEE

Genießertage, tolle Geschmackserlebnissen

- LEISTUNGEN:**
- Fahrt im Komfortreisebus
  - 7 Übernachtungen im 4\* Hotel Savoy Palace
  - alle Zimmer mit DU/WC, TV, Balkon, Klimaanlage
  - 7 x kalt-warmes Frühstücksbuffet • Begrüßungscocktail
  - 1 x „Gardasee-Dinner“ mit Seespezialitäten
  - 1 x Candle Light Dinner & 1x „Serata Italiana“
  - 4 x Wahlmenü am Abend
  - 1 x Pastabuffet als Mittagessen im Hotel
  - Aperitif mit Imbiss in der Casa Tonelli
  - 1 x Weinprobe mit Imbiss
  - Orientierungsspaziergang in Riva
  - Ausflug Bardolino mit Reiseleitung und Schifffahrt
  - Ausflug Verona mit Stadtführung & Grappaprobe
  - Ausflug auf den Spuren von Goethe mit Reiseleitung

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 203,00 €
- Kurtaxe vor Ort zu zahlen

**TERMIN:**  
• 23.04. – 30.04.23  
Mindestteilnehmer: 22 Pers.



**p.P. im DZ**  
**885,00 €**  
7-TAGE REISE

### SCHWEIZER BERGRIESEN UND GLETSCHERZAUBER


Erlebnisurlaub im Reich der 4000-er

- LEISTUNGEN:**
- Fahrt im Komfortreisebus
  - 6 Übern. im 3\*Hotel Mattmarkblick Saas Almagell
  - 6 x Frühstücksbuffet mit lokalen Bauernprodukten
  - 4 x Abendessen als 4-Gang Menü
  - 1 x Schweizer Abend mit Raclette-Essen
  - 1 x Abendessen als Schweizer Fleischfondue
  - Saastal Card zur Nutzung von 9 Bergbahnen und allen Buslinien im Saastal inklusive
  - Ausflug Saas Fee
  - Ausflug Zermatt und Matterhorn mit Bahnfahrt Täsch - Zermatt und zurück
  - Ausflug Genfer See mit Montreux
  - Ausflug an den Lago Maggiore

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 75,00 €
- Kurtaxe: ca. 42,00 € vor Ort zu zahlen

**TERMIN:**  
• 18.06. – 24.06.23  
Mindestteilnehmer: 22 Pers.



**p.P. im DZ**  
**639,00 €**  
5-TAGE REISE

### PREISKNÜLLER SCHWEIZER ALPENBAHNEN

5 grandiose Bahnfahrten inklusive

- LEISTUNGEN:**
- Fahrt im Komfortreisebus
  - 4 Übernachtungen im 3\*Hotel Good Night Inn
  - alle Zimmer mit DU/WC, TV und Safe
  - 4 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
  - 4 x Abendessen als 3-Gang Menü
  - Fahrt mit dem Simplon-Express durch Brig
  - Berg- und Talfahrt mit der Niesenbahn
  - Fahrt mit der Lötschbergbahn Frutigtal - Brig
  - Vorführung Modellbahnwunder von Brig
  - Talfahrt mit 3 Bahnen ab Stausee Emosson
  - Bahnfahrt Täsch - Zermatt - Täsch
  - Eintritt Schokoladenmuseum
  - Alex Touristik Reisebegleitung • Kurtaxe

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 138,00 €
- Fahrt mit der Gornergratbahn - vor Ort zu zahlen

**TERMIN:**  
• 01.08. – 05.08.23  
Mindestteilnehmer: 26 Pers.



**p.P. im DZ**  
**989,00 €**  
8-TAGE REISE

### STAMMKUNDENFAHRT SALZBURGER LAND

Traumhafte Berge & kristallklare Seen

- LEISTUNGEN:**
- Fahrt im Komfortreisebus
  - 7 Übern. im 3\*Hotel Kerschbaumer in Rußbach
  - Begrüßungsdrink mit Programmvorstellung
  - 7 x Salzburger Frühstücksbuffet
  - 6 x Schmankerl-Abendessen mit Menüwahl
  - 1 x Grillabend mit Salatbuffet
  - 1 x Gala-Abschiedsabendessen
  - Salzburger Nockerl Seminar mit Verkostung
  - unterhaltsame Reiseleitung bei allen Ausflügen
  - Dachsteinrundfahrt • Ausflug Almtag mit Filzmoos
  - Ausflug „Fahrt ins Blaue“ mit Überraschung
  - Ausflug Salzburg mit Schifffahrt & Eintritt Hellbrunn
  - Ausflug Abtenau mit Kutschfahrt und Kaffeegedeck
  - Ausflug St. Gilgen, Bad Ischl und Postalm
  - freie Nutzung Sauna

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 125,00 €

**TERMIN:**  
• 12.08. – 19.08.23  
Mindestteilnehmer: 18 Pers.



**p.P. im DZ**  
**625,00 €**  
6-TAGE REISE

### ZAUBERHAFTES ELSASS

Eine Region wie aus dem Märchenbuch

- LEISTUNGEN:**
- Fahrt im Komfortreisebus
  - 5 Übernachtungen im 3\*+ Hotel Schieble
  - alle Zimmer mit DU/WC, TV
  - 5 x reichhaltiges Frühstücksbuffet
  - 5 x Abendessen als 3- Gang Menü
  - Aufenthalt in Speyer
  - Ausflug Elsässische Weinstrasse mit Reiseleitung
  - Ausflug Obernai und Hohkönigsburg mit Reiseleitung
  - Stadtführung in Freiburg
  - Traktorzugfahrt in die Weinberge mit Weinprobe
  - Begrüßungskaffee im Bus

**ZUSCHLÄGE:**

- EZ-Zuschlag 120,00 €
- Ausflug Vogesenrundfahrt mit Riquewihr 29,00 € vor Ort zu zahlen
- Eintritt Hohkönigsburg vor Ort ca. 9,00 €

**TERMIN:**  
• 10.06. – 15.06.23  
Mindestteilnehmer: 22 Pers.

# Hier finden Sie eine kleine Auswahl aus unserem riesigen Sortiment an starken Hilfsmitteln



## Nachtlicht und digitale Pflegeunterstützung: ELLY reagiert und informiert

- » aktiviert Orientierungslichtpunkte bei Bewegung
- » fungiert als Nachtlicht
- » sendet Aufstehsignal und Benachrichtigungen
- » speichert Aktivitätsprotokoll in Applikation

379,00 €

## Hilfen für eine leichte Haushaltsführung



- » Griffverdicker (Set 8-teilig) für bessere Greifbarkeit von Stiften, Besteck, Werkzeug

14,95 €

- » Trinkbecher auslaufsicher für sicheres Trinken, robuste große Griffe, verschiedene Modelle



ab 4,75 €

- » Schlüsseldrehhilfe Kraftverstärker für bis zu drei Schlüssel



14,95 €

## Fitness im Alltag – kleine Helfer für regelmäßige Bewegung



- » Faszienrollen zur Entspannung und zum Lösen von Verklebungen der Faszien, verschiedene Modelle

ab 12,50 €

- » Gymnastikband für Kräftigungsübungen nach mitgelieferter Anleitung, in verschiedenen Stärken, ideal für die Anwendung Zuhause



ab 9,95 €



- » Handtrainer für die Kräftigung der Handmuskulatur, verschiedene Stärken und Materialien

ab 3,95 €

## Bekleidung und Zubehör speziell für Rollstuhlfahrer



- » QT-Jacket bequemer Schnitt, atmungsaktive und bewegungsfreudige Hightec-Materialien

319,00 €



- » RainDeck und Rain Deck long atmungsaktiv und leicht, als Regendecke oder Schlupfsack

ab 59,95 €



- » Backrest Bag Rucksack, lässt sich am Rahmen des Rollstuhls befestigen

85,00 €

## Bitte Platz nehmen – unsere Kissen für verschiedene Gelegenheiten



- » Nackenkissen/-hörnchen Entspannung für den Nacken, auch beim Schlafen im Sitzen

ab 16,90 €



- » Keilkissen Stützen beim Sitzen, für eine aufrechte Körperhaltung, verschiedene Designs

ab 29,90 €



- » Wärmekissen verschiedene Füllungen wie Kirschkern, Rapssamen, Dinkelkörner ... bringen wohlige Wärme

ab 9,95 €

## Gut zu Fuß – Schuhe mit dem gewissen Extra

- » Waldläufer-Schuhe mit Weitenystem, bequemem Fußbett, in modernem Design, als Sandalen, Halbschuhe, Sneaker



ab 99,90 €

## Perfekt gebettet – auch im Pflegebett

- » Bequema-Matratze abnehmbarer Bezug (waschbar bei 60° C), drei Schaumstoffe für hohen Komfort, optimale Stützung der Wirbelsäule, gute Gewichtsverteilung und Luftzirkulation



ab 289,00 €

Noch mehr Auswahl haben wir in Ihrer Filiale: Annaberg-Buchholz, Aue, Auerbach, Chemnitz, Crimmitschau, Meerane, Plauen, Reichenbach, Rodewisch, Schneeberg, Schwarzenberg, Wilkau-Haßlau, Werdau und Zwickau

Alippi GmbH, Leipziger Str. 160, 08058 Zwickau, Tel.: 0375 88303-0, E-Mail: info@alippi.de

Nicht jedes Produkt ist in allen Filialen erhältlich. Nur solange Vorrat reicht. Abb. ähnlich. © Vitility, Kinetic Balance, KeproSAN, Sporlastic, Rehaforum, Lugina, Saljol

weitere Infos finden Sie hier:

