

WOCHENSPIEGEL

KYRITZ | WITTSTOCK

kostenlos an 23 750 Haushalte | Ausgabe 1 | Sonnabend, 4. Januar 2025

„Rockt den Theodor“

NEURUPPIN. Erneut heißt es 2025: „Rockt den Theodor!“ Das Fontane-Kosmos-Team ruft zum vierten Mal zum Fontane-Song-Contest auf, bei dem die besten Songs rund um den märkischen Erzähler prämiert werden. Alle, die Spaß an Musik haben, sind eingeladen, in Fontanes Gedichten und Balladen, seinen Romanen oder Zitaten nach einer Song-Idee zu kramen. Auch in Fontanes Leben und Liebe kann gestöbert werden. „Alles ist erlaubt. Rock oder Pop, Jazz oder Country, Blues oder Reggae, Shanty oder Rap ... Alles Birne!“, so das Kosmos-Team um Uta Bartsch.

„Ein Versuch lohnt sich. In jeder Hinsicht“, ist das Fontane-Kosmos-Team überzeugt, denn die Songs werden in den sozialen Medien vorgestellt und am 10. Mai 2025 live in Neuruppin gespielt. Das Publikum wird voten, welche drei Songs gewinnen und weiterkommen. Die drei Gewinner der Vorrunde werden am 7. Juni zum Finale eingeladen. Dort gibt es Preise: 500 Euro für den ersten Platz, 300 Euro für den zweiten und 200 Euro für den dritten Platz.

Bis zum 24. April 2025 können die Songs im MP3- oder MP4-Format per Mail an bue-ro@fontane-kosmos.de mit Titel sowie Namen der Band oder des Musikers eingereicht werden. Garniert werden kann die Einsendung mit Fotos und Videos, etwa aus dem Entstehungsprozess. Hilfe gibt es beim fontane-kosmos-Team per Mail oder telefonisch unter 03391/6598198 melden. Auf der Website www.fontane-kosmos.de gibt es die neuesten Infos. *pre*

Neujahrskonzert im Kulti Kyritz

KYRITZ. Vorhang auf für ein rauschendes Neujahrskonzert im Kulturhaus Kyritz: Das Brandenburgische Konzertorchester Eberswalde und die temperamentvolle Sopranistin Andrea Chudak bringen am Samstag, dem 11. Januar 2025, eine Auswahl beliebter Operetten- und Musicalmelodien auf die Bühne des Kulti. Schwungvoll eingeleitet wird das neue Jahr dann mit Musik von Carl Millöcker, Fredrik Loewe, Jacques Offenbach und Franz v. Suppé. Konzertorchester-Dirigent Urs-Michael Theus führt die Gäste dabei mit seiner Moderation charmant durch den Konzertnachmittag.

„Seien Sie dabei, wenn das Brandenburgische Konzertorchester Eberswalde mit ausgelassener Spielfreude den musikalischen Neujahrsekt ein-schenkt!“, laden die Veranstalter ein. *WS*

Beginn des Konzertes im Kulti Kyritz, Perleberger Straße 8, ist um 16 Uhr. Tickets und weitere Informationen gibt es im Tourismusbüro Kyritz, Telefon 033971/608279, sowie im Kulti Kyritz, Telefon 033971/32952 oder per E-Mail: verein-kulti-kyritz@web.de

HEIßER DRAHT

Anzeige aufgeben:
0331/28 40 404

Leserservice:
03391/45 75 34

redaktion.opr@
wochenspiegel-brb.de



Vom Spiegel-zum Rührei

Isabel konnte sich auch dank eines Förderprogramms zur Inklusion als Küchenkraft im Seehotel Rheinsberg etablieren

RHEINSBERG. Der Weg zur Inklusion war für Isabel und auch die anderen Beteiligten nicht immer leicht. Das zeigt schon die Geschichte, als das beliebte Spiegelei von der Speisekarte des Seehotels Rheinsberg gestrichen wurde. Die 20-Jährige mit Lernbeeinträchtigung kam als Küchenhilfe am Frühstücksbüfett öfter mit Gästen in Kontakt, die es weiterhin bestellten. Doch auch diese Herausforderung meisterte die junge Frau mit wachsender Selbstsicherheit und Geduld. Vielleicht auch, weil sie als mittlerweile routinierter Kraft das frische Rührei souverän zubereiten und offenbar verlockend anbieten konnte.

Ihr Ziel ist, nach Abschluss der von der Arbeitsagentur geförderten Tätigkeit im Rahmen des Programms der Unterstützten Beschäftigung dauerhaft als Küchenhilfe im Hotel zu arbeiten – und die Voraussetzungen dafür sind vielversprechend. Der Küchenchef etwa ist von Isabells Entwicklung begeistert. „Ich bin froh, dass ich sie habe“, sagt er.

Neben ihrem persönlichem Erfolg verdeutlicht das Beispiel auch die vielen Vorteile, die die

Beschäftigung von Menschen mit Beeinträchtigungen mit sich bringt.

Seit Ende 2022 ist Isabel im Rahmen der im Landkreis OPR vom Berufsbildungszentrum Prignitz (BBZ) getragenen „Unterstützten Beschäftigung“ im Seehotel tätig. Sie hat sich im Seehotel inzwischen erfolgreich als wertvolles Mitglied des Küchenteams etabliert.

Das Programm der Unterstützten Beschäftigung der Arbeitsagentur richtet sich an Menschen, die aufgrund einer Behinderung noch leistungsfähig auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt sind, aber einen deutlichen Nachteil gegenüber anderen haben und damit zum Zeitpunkt der Teilnahme noch keine Aus- oder Weiterbildung absolvieren konnten. Die Förderung gliedert sich in eine Einstiegs-, eine Qualifizierungs- und eine Stabilisierungsphase mit dem Ziel einer dauerhaften sozialversicherungspflichtigen Beschäftigung im Betrieb. Während die Einstiegsphase dazu dient, sich beruflich zu orientieren und zu erproben, erfolgt in der Qualifizierungsphase eine

unterstützte Einarbeitung im Betrieb. Daraufhin kann der betriebliche Alltag in der Stabilisierungsphase gefestigt werden. Die Arbeitsagentur übernimmt in der Zeit die Leistungen zum Lebensunterhalt und die Teilnahmekosten. Die Förderdauer beträgt regelmäßig bis zu 24 und kann im Einzelfall um weitere zwölf Monate verlängert werden.

Der Weg in die Küche begann für Isabel bereits mit einer Ferienarbeit, bei der sie schnell ihr Interesse an der Arbeit dort entdeckte. Besonders das Frühstücksbüfett weckte ihre Begeisterung, und schnell zeigte sich, dass Isabel in diesem Bereich eine Schlüsselrolle übernehmen könnte. Besonders beeindruckend ist ihre Fähigkeit, sich durch Wiederholungen Arbeitsabläufe schnell und sicher einzuprägen. Dies gibt ihr Stabilität und Selbstvertrauen in der täglichen Arbeit. Sie will auf jeden Fall nach Abschluss der Maßnahme weiter als Küchenhilfe arbeiten.

Zu diesem Thema trafen sich bereits verschiedene Akteure aus der Leitung des Seehotels,

von der Bundesagentur für Arbeit, dem Integrationsfachdienst und vom Bildungsträger BBZ im Rahmen der „Woche für Menschen mit Behinderung“ im Seehotel Rheinsberg, um über und mit Isabel und den damit gelebten Inklusionscharakter des Hotels zu sprechen. Für dieses Engagement war das Haus auch kürzlich im Rahmen der Woche für Behinderungen gewürdigt worden. Mit ihrer starken Motivation und den positiven Rückmeldungen aus dem Team stehen die Zeichen für Isabel nicht schlecht.

Im November 2024 waren im Agenturbezirk Neuruppin insgesamt 970 schwerbehinderte Menschen arbeitslos gemeldet. Das entspricht zwar einer Veränderung von plus sieben Prozent im Vergleich zum Vorjahr. Die Zahl der Abgänge von schwerbehinderten Menschen in Höhe von 1684 konnte die Zahl der Zugänge mit 1643 aber übersteigen. Der bundesweite Trend eines höheren Bildungs- und Qualifizierungsgrades bei Menschen mit Behinderung spiegelt sich zudem auch im Agenturbezirk Neuruppin wider. 65 Pro-

zent der im Oktober 2024 arbeitslos gemeldeten Menschen mit Behinderung haben einen Schulabschluss, 58 Prozent davon eine abgeschlossene betriebliche oder schulische Berufsausbildung absolviert. Dies zeigt auf, dass schwerbehinderte Menschen über überdurchschnittlich hohe Qualifikationen verfügen.

„Die Inklusion von Menschen mit Behinderung ist nicht nur eine gesellschaftliche Verantwortung, sondern auch eine wertvolle Bereicherung für jeden Betrieb“, sagt Beate Kostka, Vorsitzende der Geschäftsführung der Agentur für Arbeit Neuruppin. Sie bringe neue Perspektiven, stärke das Team und fördere eine Kultur des Respekts und der Vielfalt.

Beate Kostka: „Menschen mit Behinderungen tragen mit ihren einzigartigen Fähigkeiten und Erfahrungen maßgeblich zum Erfolg eines Unternehmens bei. Es lohnt sich, diese Chancen zu erkennen und zu nutzen – wir beraten hier gerne Unternehmen, die sich auch für unterstützte Beschäftigung interessieren.“ *gd*

Küchenchef Carsten Pfefferlein und Küchenhilfe Isabel im Seehotel Rheinsberg.

Foto: Steffen Murawski

**IMMOBILIEN
W. WITTSTOCK**
Von der Elbe bis zur Ostsee



**IMMOBILIEN
VERKAUF**

unkompliziert, schnell, erfolgreich

Rufen Sie mich an!
SILKE BOLDT
Immobilienmaklerin seit 1991

Telefon 03395 - 800 899
info@immobilien-w-wittstock.de
IMMOBILIEN-W-WITTSTOCK.DE

IHK lädt zum Women's Event

POTSDAM. Nach aktuell verfügbaren Zahlen betrug der Anteil der Gründerinnen an allen Gründenden in Deutschland laut Statista 2023 rund 44 Prozent. Die Förderbank KfW meldet zudem: Nur etwa jedes zehnte Unternehmen wird von einer Nachfolgerin aus der Familie weitergeführt und insgesamt sind deutschlandweit nur rund 15 Prozent der Unternehmensnachfolger weiblich.

Was weibliche Unternehmerrschaft betrifft, „ist noch viel Potenzial nach oben“, heißt es seitens der Industrie- und Handelskammer Potsdam (IHK). Eine Unternehmensnachfolge sei ein vielversprechender Weg in die Selbstständigkeit – mit bewährten Strukturen, einem festen Kundenstamm und einem eingespielten Team als Grundlage.

Um mehr Menschen und vor allem Frauen darüber zu informieren, lädt die IHK am 16. Januar ab 17.30 Uhr zur Veranstaltung „Unternehmensnachfolge als Karriereoption“ ins Kammergebäude Breite Straße 2a-c in Potsdam ein. Die Unternehmerin Munay Zamorano von der New Natural GmbH berichtet, was sie zur Unternehmensnachfolge motiviert hat und wie sie den Weg gemeistert hat. Außerdem werden weitere Herausforderungen besprochen, die man bei einer Unternehmensnachfolge im Blick haben sollte. *WS*

Die Teilnahme ist kostenfrei.
Anmeldung: veranstaltung.ihk-potsdam.de/b?p=womens-event
Kontakt: IHK Potsdam, Luise Böttcher, Tel. 03312786140, E-Mail: luise.boettcher@ihk-potsdam.de



Mehr Unterstützung für Familien

Kindergeld und Kinderzuschlag sind gestiegen

PRIGNITZ. Am 1. Januar ist das Kindergeld einheitlich für jedes Kind um fünf Euro auf jeweils 255 Euro pro Monat gestiegen. Die Beträge werden automatisch von der Familienkasse angepasst und ab diesem Monat in der neuen Höhe ausgezahlt. Ein separater Antrag ist nicht erforderlich. Die aktuellen Auszahlungstermine können im Internet abgerufen werden.

Zudem ist der Sofortzuschlag um fünf Euro auf 25 Euro pro Monat gestiegen, wodurch sich der monatliche Höchstbetrag des Kinderzuschlags auf 297 Euro pro Kind erhöht und automatisch angepasst wird. Ob ein Anspruch auf Kinderzuschlag besteht, lässt sich in wenigen Schritten mit dem „Kiz-Lotsen“ auf der Webseite www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kinderzuschlag-verstehen herausfinden. Hier finden sich auch weitere Informationen zu den

Anspruchsvoraussetzungen und zur Antragstellung.

Für die Beantwortung individueller Fragen zum Kinderzuschlag können Bürger bequem und unkompliziert eine Videoberatung vereinbaren unter der E-Mailadresse Familienkasse-Berlin-Brandenburg@arbeitsagentur.de oder der Tel. 0800/45555-30 „(...) Auf diese Weise leisten wir einen wichtigen Beitrag zur finanziellen Unterstützung von Eltern, Familien und Personen in Berufsausbildung und Studium“, so Beate Kostka, Vorsitzende der Geschäftsführung der Agentur für Arbeit Neuruppin. Mit dem Familienkassen-Profil im Online-Konto der Bundesagentur für Arbeit können Bürger Anträge und Anliegen bei der Familienkasse online erledigen. *dre*

Aktuelle Informationen hierzu sind unter www.familienkasse.de zu finden.

039387/721287
in
SEAT HAVELBERG CUPRA

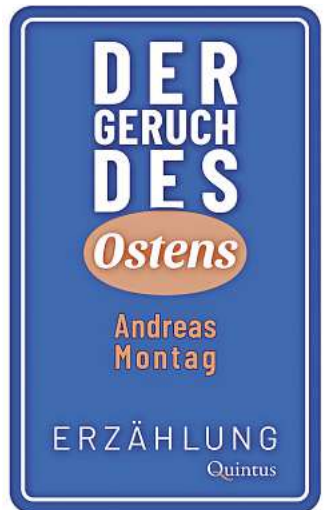
NEUWAGEN
GEBRAUCHTWAGEN
Meisterwerkstatt

kostenloser
HOL- UND
BRINGSERVICE

Autohaus Rauhöft GmbH
Genthiner Str. 18
39539 Havelberg
<https://rauhoft-havelberg.de/>

BUCHTIPP

Es riecht nach vergangenen Zeiten



Cover: Verlag

Plötzlich sind sie alle wieder da, die Gerüche der Kindheit. Das Desinfektionsmittel, die Reinigungsspäne, die Seifen in der alten Drogerie. Andreas Montag, der Autor der Erzählung „Der Geruch des Ostens“, hat in vielen Berufen gearbeitet, studierte am Literaturinstitut „Johannes R. Becher“ und war ab 1996 für viele Jahre Leiter des Kultur-Ressorts bei der Mitteldeutschen Zeitung in Halle (Saale). Er nimmt uns mit auf eine Reise in die thüringische Kleinstadt, in der er aufgewachsen ist. Das uneheliche Kind, das „der Esel im Galopp“ verloren hat. An jeder Hausecke erinnert er sich. Und nicht nur an die Gerüche, an die Menschen, sondern an ihre Worte, an ihre Sprache, das dahinter stehende Denken. Für heutige Ohren klingt das alles wie aus einer fernen Vergangenheit, nationalistisch, rassistisch antisemitisch, und doch sehr vertraut für die Ohren vieler Leser, die in den 50er und 60er Jahren wie der 1956 geborene Montag aufgewachsen sind. Ja,

genauso wurde gedacht, gesprochen. Von Menschen, die ihre eigene Jugend in den zwölf Jahren faschistischer Vergangenheit verbracht hatten, von ihr geprägt, oft überzeugt waren. Dort wurden Bilder von Juden, Russen und von deutschem Heldentum geprägt, die noch lange in den Köpfen saßen. Es gab andere, neue, hoffnungsvolle Töne. Töne, die den Abiturienten Montag zum Mitglied der „Partei der Arbeiterklasse“ werden ließen. Lebenserfahrungen der Älteren und neue Weltanschauungen standen im Widerstreit, weckten Zweifel, die sich erst später mit eigenen Erfahrungen verbanden. Und über manches Leidvolle wurde gar nicht gesprochen, verdrängt von den Tätern ebenso wie von den Opfern und auch in der offiziellen Geschichtsbetrachtung nicht gefragt.

Diese Erzählung beschönigt nicht, verklärt nichts, verdammt aber auch nicht. Eher ist es eine mitunter mit atemberaubenden Tempo vorgetragene Momentaufnahme, selbst sehr persönliche Erlebnisse werden in nur wenigen Sätzen beschrieben, bis der Autor dann das Tempo wechselt, um sich einem - damals kaum beachteten Frauenschicksal – zuzuwenden. Er lässt am Ende offen, was daran Realität, was Fiktion ist. Aber wer sich zurückerinnert, wird sich hinter Menschen, die ihm selbst begegneten, ein gleiches Schicksal vorstellen können. Ein Buch, das auf eine ganz besondere Weise einige Jahrzehnte zurückführt, von einer Zeit erzählt, die vergangen ist, aber eine ganze Generation geprägt hat. *rv*

Montag, A.: Der Geruch des Ostens. Quintus Verlag, 2024.

Tau’n Niegen Jahr

Der Wochenspiegel veröffentlicht in loser Folge Texte auf Plattdeutsch. Unterstützt werden wir dabei vom Verein für Niederdeutsch im Land Brandenburg e.V. sowie vom Plattdeutschen Stammtisch Wittstock. Dafür vielen Dank! Und Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, viel Vergnügen beim Lesen! *Ihr Wochenspiegel-Team*



Un wedder is een Jahr vergah’n, wat löppt de Tiet, so seggt de een, he harr so giern ehr hollen mücht, weil Glück un Sagen se em bröcht, wat slikt de Tiet, so seggt de anner, vör em harrs väle leege Dag un Not noch bröcht tau Alldagsplag, dat wier nu endlich oewerstahn. Nu steiht dat Nieg’ Jahr vör de Dör, wat ward dat schön, so seggt de een. De Taukunft winkt so hell un klor, dat Låben dücht em wunnerbor. „Wo ward dat blot“, so seggt de anner, em schuddert un em bangt un grugt, wiel he dat Schicksal nich miehr trugt, wat harr dat ditmal mit em vör? Ik rad’ di Fründ un Kamerad, makt as de ierst, denn sasst mal seih’n! Kiek frie un frank in’t Taukunftsjoehr, sorg Di nich dull üm griese Hoor, makt as de „een“, nich as de „anner“, bug up den Herrgott un up Di, makt Di von unnützn Sorgen frie un gah mit Maut an frische Dat! **Walter Herholz**

Kyritzer Bibliothek lädt zu Gaming-Treff und Buch-Vorstellung

KYRITZ. Am Montag, dem 6. Januar, findet von 14 bis 15 Uhr die monatliche Digital-Sprechstunde der Stadtbibliothek Kyritz statt. Hier werden grundlegende Fragen rund um Smartphone, Tablet und E-Book-Reader beantwortet, zum Beispiel: Wie richte ich mein Gerät ein? Wie kann ich Apps installieren? Wie kann ich E-Books ausleihen? Die Antworten kommen von Katrin, einer Ehrenamtlichen der Bibliothek. Eine Anmeldung für das kostenfreie Angebot ist nicht erforderlich. Kinder und Jugendliche ab acht Jahren, die lieber mit anderen zusammen als alleine spielen

wollen, sind am Dienstag, den 7. Januar von 15.30 bis 17 Uhr zum offenen Gaming-Treff eingeladen. Ob Fußball, Super Mario oder Pokemon – es kann (fast) alles geockt werden! Um Voranmeldung wird gebeten: Tel. 033971 85278 oder E-Mail: bibliotheek@kyritz.de Am Donnerstag, dem 9. Januar, ist die Bibliothek vor Ort in Kyritz-West. Von 10 bis 11 Uhr stellt Bibliotheksleiterin Silka Laue im WeltRaum in der Perleberger Str. 39a neue Bücher vor und beantwortet Fragen rund um die Bibliothek. Für diesen Termin ist keine Voranmeldung nötig. *WS*

VERANSTALTUNGSKALENDER VOM 4. JANUAR BIS ZUM 10. JANUAR

KINDER & JUGEND

Wittstock
Jugendzentrum
„Alte Schlosserei“
Eisenbahnstr. 2: **Sa., Di.-Fr.** 13-19 Uhr geöffnet; **Do.** 15 Uhr Siebdruckworkshop für Kinder und Jugendliche von zehn bis 18 Jahre

KURSE & WORKSHOPS

Wittstock
Treffpunkt Rübeler Vorstadt
Clara-Zetkin-Str. 7: **Mo.** 9-10, 10-11 Uhr, **Fr.** 10-11 Uhr Handykurse für Interessierte 60+; **Fr.** 9 Uhr Sturzprävention, Anmeldung unter Tel. 03394/475916
Volkssolidarität Tel. 03394/47590, Poststr. 11: **Mi.** 9 Uhr Sturzprävention, Tel. 03394/475916

SENIOREN

Wittstock
Treffpunkt Rübeler Vorstadt
Clara-Zetkin-Str. 7: **Di., Do.** 13-16 Uhr Karten spielen, Rommé
Volkssolidarität
Tel. 03394/47590, Poststr. 11: **Di.** 9-11 Uhr Plauderstübchen; **Di.** 12.30-15.30 Uhr Karten spielen

SOZIALES

Wittstock
Bürgerhaus Dranse
Dranser Dorfstr.: **Mi.** 18 Uhr Tanzkurs Kreistänze und Standardtänze
Schwimmhalle im Freizeitzentrum
Tel. 03394/433240, Rheinsberger Str. 6: **Sa., So.** 9-17 Uhr, **Di., Mi.** 15-20.30 Uhr, **Do., Fr.** 15-21.30 Uhr geöffnet

KIRCHE

Blumenthal
Ev. Kirche Blumenthal



Chansons von Otto Reutter

Der singende Pfarrer Wolf Amadeus Fröhling steht am Sonntag, dem 26. Januar 2025, wieder bei Olaf Krause in Neustadt (Dosse) auf der Bühne. Ab 15 Uhr präsentiert Fröhling sein aktuelles Reutter-Programm mit heiteren bekannten und weniger bekannten Liedern von Otto Reutter, wobei auch der Schlager vom Onkel Fritz aus Neu-Ruppin (1906, als das Lied entstand, noch mit Bindestrich geschrieben) nicht fehlen darf. Für Wolf Amadeus Fröhling ist ein Auftritt in Neustadt (Dosse) immer wie ein Heimspiel, denn Fröhling hat viele Jahre als Pfarrer in Neustadt (Dosse) gewirkt. Der Humorist Otto Reutter (1870 – 1931) gilt als Berliner Musenkind, stammte aber eigentlich aus

Gardelegen in der Altmark. Er hat weit über 1000 Chansons geschrieben, die meisten in Strophenform, von denen Fröhling einige vom Vergessen bedrohte Lieder singt. Höhepunkte seines Programms sind moderne Interpretationen von drei Liedern („Der gewissenhafte Maurer“, „Der Überzieher“ und „Der Blusenkauf“) als Rap, unterlegt mit Beats von Eminem beziehungsweise Coolio. Karten für den Otto-Reutter-Nachmittag gibt es unter Telefon 033970/1 44 23 oder online auf www.olaf-werkstatt.de. Die Veranstaltung am 26. Januar beginnt um 15 Uhr. Bereits ab 14 Uhr lassen sich Kaffee und Kuchen genießen.

Text: WS, Foto: Privat

Str. der Solidarität:
So. 10.30 Uhr Gottesdienst

Dranse
Dorfkirche Dranse
Dranser Dorfstr. 33:
So. 11 Uhr Gottesdienst,
2. Sonntag nach dem Christfest

Heiligengrabe
Gemeindehaus Heiligengrabe
So. 10.15 Uhr Gottesdienst

Holzhausen
Kirche Holzhausen
Lindenstr.: **Mi.** 18 Uhr Andacht 680 Jahre Holzhausen mit dem Posauenchor

Kyritz
St. Marienkirche Kyritz Johann-Sebastian-Bach-Str. 51: **So.** 10.30 Uhr Gottesdienst der Lektoren und Lektorinnen

Kötzlin
Ev. Kirche Kötzlin Kötzliner Str.: **So.** 10.30 Uhr Gottesdienst

Maulbeerwalde
Ev. Kirche Maulbeerwalde
Jägerstr.: **So.** 9 Uhr Gottesdienst

Wittstock
Heilig-Geist-Kirche
Tel. 03394/433314, Heilige-geiststr. 1: **So.** 9.30 Uhr Gottesdienst
St.-Marien-Kirche Wittstock
Kirchplatz 1: **Mi.** 18 Uhr Friedensandacht

BERATUNG & HILFE

Wittstock
Familienzentrum
„Elki“ Burgstr. 46: **Mo.** 14-18 Uhr, **Di., Do.** 10-18 Uhr, **Mi.** 13-16 Uhr Beratung, kreatives Gestalten, Spiel-/Buchverleih, Unterstützung beim Homeschooling, Anmeldung unter Tel. 03394/404752 und 0152/01599212, zusätzliche telefonische Sprechzeiten: Mo 18-20 Uhr, Mi 11-13 Uhr
Kontakt- und Beratungsstelle der Awo
Markt 8: **Sa.** 9.30-13 Uhr, **Di.** 10-18 Uhr, **Do.** 12-18 Uhr, **Fr.** 10-13 Uhr, Tel. 03394/444213 und per E-Mail: kbs.wittstock@awo-opr.de, Mo und Mi Gesprächstermine
Treffpunkt Rübeler Vorstadt
Clara-Zetkin-Str. 7: **Mo.** 13-15 Uhr, **Mi.** 16-18 Uhr Selbsthilfwerkstatt

TOURIST-INFORMATION

Kyritz
Kultur- und Tourismusbüro Tel. 033971/85255, Maxim-Gorki-Str. 32: **Mo., Mi., Do.** 10-16 Uhr, **Di.** 10-17 Uhr, **Fr.** 9-14 Uhr geöffnet

Wusterhausen
Touristinformation Tel. 033979/87760, Am Markt 3: **Sa.** 10-16 Uhr, **Di.** 13-18 Uhr, **Do., Fr.** 10-17 Uhr geöffnet

Alle Angaben ohne Gewähr

Man darf lachen!

Comedian Tutty Tran kommt ins Kultur- und Festspielhaus

WITTENBERGE. Nach seiner nahezu ausverkauften ersten Solo-Tour „Augen zu und durch“ legt Comedian Tutty Tran jetzt nach: „Hai Dai Mau!“ Diesen Satz kriegte Deutschlands bekanntester – Eigenbezeichnung – „Reisbürger“ bis heute regelmäßig von seinem Vater um die Ohren gehauen: „Halt dein Maul!“ in feinstem vietnamesisch-deutschen Kauderwelsch. Gebracht hat es allerdings nichts. Denn Tutty wäre nicht Tutty, wenn er auf seinen Vater auch nur ansatzweise hören würde. Und so startet der Berliner mit vietnamesischen Wurzeln nun mit seinem zweiten Soloprogramm durch. Am Freitag, dem 7. Februar, gibt der Komiker um 20 Uhr sein neues Programm im Kultur- und Festspielhaus Wittenberge zum Besten.

Tuttys Parodien des unvergleichlichen Akzents seines Vaters und die daraus resultierenden Missverständnisse im Alltag sind haarsträubend komisch und waren schon beim Programm „Augen zu und durch“ ein Garant für viele Lachtränen im Publikum. Von schonungslos sarkastisch bis frivol frech – mit seinen anarchischen Anekdoten hat er sich bereits eine große Fanbase in den sozialen Medien erspielt. Skurrile Begegnungen von und mit Tutty's Vater dürfen zwar auch bei „Hai Dai Mau“ nicht fehlen, aber inzwischen ist noch so viel mehr passiert: Tutty ist mit seiner Freundin Laura zusammengezogen! Und auch das bietet ausreichend Absurditäten, die Tutty auf der Bühne verarbeiten muss. Wie zum Beispiel den Clash der

Kulturen, wenn die Familien der beiden aufeinandertreffen: Fern-Ost trifft Ossi. Sprach-Eskalationen sind da vorprogrammiert, denn Lauras Wurzeln liegen in Sachsen. Wer versteht, was der andere sagt – ein beliebtes Spiel bei Familienfeiern. „Hai Dai Mau“ ist inzwischen auch ein geflügeltes Wort über die Familiengrenzen hinaus und passt perfekt zu Tuttys trockener Comedy: Political correctness kennt er nämlich nur aus dem Internet. Und falls jemand fragt: Ja, man darf über alles lachen! *WS*

Politische Korrektheit kennt er nur aus dem Internet: Tutty Tran sorgt für skurrile Comedy-Momente.
Foto: Marc Meinke



HIER FINDEN SIE HILFE

NOT- UND SERVICENUMMERN	Giftnotruf Brandenburg: 030/1 92 40
Polizei: 110	Kinder- und Jugendtelefon: 0800/1 11 03 33
Feuerwehr: 112	Elterntelefon: 0800/1 11 05 50
Behördenruf: 115	Blutspenden: www.blutspende-nordost.de www.drk-blutspende.de
Krankentransport: 0331/1 92 22	
Zahnärztl. Notdienst: 0331/3 70 10	
Apotheken: 0800/0 02 28 33	
Frauenhaus und Frauenberatungsstelle: 03391/23 03	
Telefonseelsorge: 0800/1 11 01 11, 0800/1 11 02 22	
Weißer Ring, Außenstelle OPR, Opferberatung und Opferhilfe: 0173/43 84 47 2	
Alzheimer-Beratungsstelle: 0180/3 22 45 22	
Alle Angaben ohne Gewähr.	

BEREITSCHAFTSDIENSTE

Ärzte: 116 117
Augenärzte: 01805/5 82 22 35 15

KARTEN- UND HANDY-SPERRUNG

EC- und Kreditkarten: 116 116

IHRE MEDIABERATUNG

Verkaufsleitung Christel Walter Tel. 03877/92 32 0
Dorina Konert Kyritz 03877/92 32 25 dorina.konert@wochenspiegel-brb.de
Christine Lorenz Wusterhausen, Neustadt Tel. 03391/45 75 27 christine.lorenz@maz-online.de
Ingo Scholz Wittstock, Heiligengrabe Tel. 03395/76 21 30 ingo.scholz@maz-online.de
Mailkontakt info.prg@wochenspiegel-brb.de
Wir beraten Sie gern!

IMPRESSUM

Wochenspiegel Karl-Marx-Straße 64 16816 Neuruppin Telefon: 03391/45 75 34 Fax: 03391/45 75 32 info.opr@wochenspiegel-brb.de www.wochenspiegel-brb.de	Vertrieb MAZ Nordwest Zeitungs-Vertriebs-GmbH Telefon: 03877/923251
Verlag Brandenburg Media GmbH & Co. KG	Druck Pressedruck Potsdam GmbH Friedrich-Engels-Str. 24, 14473 Potsdam
Geschäftsführung Ingo Höhn	Es gilt die Anzeigenpreisliste von 2024. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernehmen wir keine Haftung.
Verkaufsleitung Christel Walter	Aktuelle Druckauflage: 23 750
Mediaberatung Christine Lorenz, Ingo Scholz	Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis: „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de .
Redaktion Dr. Ute Sommer (verantw.)	
Newsdesk Dominik Bahgat (db) redaktion.opr@wochenspiegel-brb.de	
<div><div>BVDA Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter</div><div>ADA Auftraggeberkontrolle der Anzeigenblätter BVDA</div></div>	

Jobscouts weisen den Weg

Beim „PRignitz JOB Event“ stellen sich Arbeitgeber vor

PRITZWALK. Nach der ersten Auflage zu Beginn dieses Jahres findet das „PRignitz JOB Event“ (PRJOB) am Donnerstag, den 16. Januar, zum zweiten Mal statt. Von 15 bis 19 Uhr bieten die teilnehmenden Unternehmen aus unterschiedlichen Branchen und Institutionen im Pritzwalker Kulturhaus insgesamt 400 Ausbildungs- und 250 Arbeitsplätze an. Personalverantwortliche stehen

Ausbildungs- und Jobsuchenden, aber auch Quereinsteigern Rede und Antwort. Sie alle haben eines gemeinsam: Sie wollen ihre offenen Fachkräfte- und Ausbildungsstellen besetzen. Mit Ausstellern aus der Gastronomie, der Industrie, der Verwaltung, dem Gesundheitsbereich, dem Handel und dem Handwerk sind unterschiedliche Branchen vertreten. René Georgius, Leiter des Regional-

Centers Prignitz der Industrie- und Handelskammer Potsdam (IHK), die das Event veranstaltet, freut sich über die hohe Nachfrage: „Unsere 50 Standplätze waren binnen kurzer Zeit vergeben. Ich freue mich besonders darüber, dass erstmals Steuerbüros vertreten sind. Zudem hat sich das Event über die Kreisgrenze hinaus herumgesprochen. Drei Unternehmen aus dem Nachbarkreis Ostprignitz-Ruppin werden ebenfalls teilnehmen.“

Zu den alkoholfreien Cocktails des Kulturhauses warten die Abschlussklassen der Pritzwalker Schulen mit dem Verkauf süßer und herzhafter Speisen auf. Mit den Einnahmen wollen sie ihre Kasse aufbessern. Musikalisch wird der Donnerstagnachmittag wieder von DJ Roy (Prignitzkombinat) umrahmt. Auch bei der zweiten Auflage des Fachkräfte-events werden Jobscouts in gelben T-Shirts den Besuchern

helfen, die richtigen Ansprechpartner für ihr Anliegen zu finden. Zu den finanziellen Unterstützern des „PRJOB Events“ gehören das Regional-Center Prignitz der IHK, die Sparkasse Prignitz, die Volks- und Raiffeisenbank, die Zahnradwerk Pritzwalk GmbH, die Hagemann Dienste GmbH sowie die Stadt Pritzwalk.



Wärmedämmung für den Bildungscampus

RHEINSBERG. Der Bildungscampus Rheinsberg wird aus einem Förderprogramm des Landes Brandenburg unterstützt. Bildungsminister Steffen Freiberg (SPD) hatte den Zuwendungsbescheid noch vor Weihnachten an Rheinsbergs Bürgermeister Frank-Rudi Schwochow (BVB/Freie Wähler) übergeben. Die Fördermittel stammen aus dem Kommunalen Infrastrukturprogramm für den Bereich Schulbau. Als Schulträger des Schulzentrums „Bildungscampus Rheinsberg“ mit Grund- und Oberschule erhält die Stadt Rheinsberg eine Förderung in Höhe von rund 3,85 Millionen Euro. Diese unterstützt die energetische Sanierung des Schulzentrums. Zu den geplanten Maßnahmen gehören unter anderem die Instandsetzung des Wärmeverbindungssystems, Dachdeckerarbeiten und Kellerdecken- und Innendämmung, die Erneuerung von Fenstern und Innentüren sowie der Akustikdecken.

WS

Steuern? Wir machen das.

VLH.

Bärbel Oschmann
Beratungsstellenleiterin
Maxim-Gorki-Straße 57
16868 Kyritz
Baerbel.Oschmann@vlh.de

033971 866410



www.vlh.de Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

IHRE WOHLVERDIENTE
AUSZEIT?
...finden Sie in unseren Anzeigen.



**Gasthof Zur Eiche
Schönermark**

Eisbeinessen

19.01.2025
ab 12 Uhr
19,90 €
pro Person

Nur mit Voranmeldung
Tel: 033973 52192 /
01745133045

P Parkplatz vorhanden

Machen Sie Ihre Sachen zu Bargeld

Die Experten sind vor Ort!

Montag 6. Januar 2025 10-17 Uhr	Dienstag 7. Januar 2025 10-17 Uhr	Mittwoch 8. Januar 2025 10-17 Uhr	Donnerstag 9. Januar 2025 10-17 Uhr	Freitag 10. Januar 2025 10-17 Uhr
--	--	--	--	--

WIR KAUFEN AN:
Wir zahlen bis zu **86€** pro Gramm

Gerne prüfen wir Ihre Erbstücke auf Echtheit!

ANKAUF VON GOLDSCHMUCK ALLER ART.
Altgold, Bruchgold, Münzen, Barren, Platin sowie gut erhaltene Ringe, Broschen, Ketten (Armbänder bevorzugt in breiter Form), Colliers, Medallions, Golduhren - auch defekt, VB Pelz mit

ANTIKER KORALLENSCHMUCK, KORALLENKETTEN, KORALLENSCHNITZERLEIEN (bevorzugt in blutrot), **ZAHNGOLD** (mit und ohne Zähne), **PELZMÄNTEL**, **ANTIKE MÖBEL**, **SERIÖSER ANKAUF**

Gerne prüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit!

Wir kaufen Uhren aller Art von Patek - Philippe

Dringend gesucht: Tiffany & Co., Cartier und Chopard

SOFORT BARGELD

Wir schätzen Ihre Antiquitäten, Pelze und ihren Schmuck kostenlos und unverbindlich!

Silberbarren, Silber- & Platinmünzen, 625er Silber, 700er Silber, 800er Silber, 835er Silber, 900er Silber, 925er Silber, 935er Silber, 999er Silber, Silbermedallien, Silberrahmen

Exclusive Campagne & Weine

Exclusive Schuhe

alte Bücher

antike Puppen

Vorwerk Staubsauger

Wir machen auch Hausbesuche

Bares und Wahres Kostenlose Expertise

Für breite Goldarmbänder zahlen wir 15% mehr als der reine Goldwert

Wir kaufen auch Modeschmuck

Bernstein bis 2500€

Bernstein aller Art

ANKAUF VON UHREN aller Art

Für Schreibmaschinen bis 1000,-€

***nur in Verbindung mit Gold**

Handtaschen aller Art

Für Pelzmäntel & Jacken bis zu 8.500 €*

Letzter Aufruf für Pelze vor Saisonschluss. Die Nachfrage in Ost-Europa ist groß.

Wir laden Sie herzlich auf Kaffee & Kuchen ein

Wir schätzen Ihre Antiquitäten, Pelze und Ihren Schmuck kostenlos!

+++ ACHTUNG! +++ JETZT NEU! JETZT NEU! +++ ACHTUNG! +++

Ankauf von Lederjacken und Ledermäntel aus Glatt- oder Wildleder zum Höchstpreis von bis zu 4500€

Golfset

Musik Instrumente

Hausbesuche möglich bitte sichern Sie sich einen Termin

Schätze zu Geld

Für Ledermäntel & Jacken bis zu 4.500 €*

Inhaber N. Biela

Antik-Atelier Pritzwalk
Marktstr. 31 • 16928 Pritzwalk • Tel.: 0177/5825674
Öffnungszeiten: Montag-Freitag 10-17 Uhr

Der Garten auf der Fensterbank

Microgreens können im Winter die Küche bereichern

In der Winterzeit ist frisches Gemüse aus der Region rar. Eine Alternative können Microgreens sein. Das sind Keimlinge von Pflanzen wie zum Beispiel Senf, Erbsen, Radieschen, Brokkoli oder Kerbel, die schon nach der Entwicklung erster zarter Blättchen geerntet und im Salat, als Zutat in Wraps oder als Topping auf warmen Gerichten verzehrt werden. Die Jungpflanzen sind besonders reich an Vitaminen und ätherischen Ölen. Der Geschmack variiert von leicht scharf bis nussig-süßlich. Microgreens gibt es abgepackt im Supermarkt, allerdings teilweise zu hohen Preisen.

Deshalb kann es sich lohnen, die Keimlinge selbst auf der Fensterbank anzubauen – zumal sie dann immer ganz frisch geerntet werden können. Microgreens auszusäen unterscheidet sich nicht von der herkömmlichen Aussaat von Gemüse. Dazu werden Anzuchtsschalen rund zwei Zentimeter hoch mit Anzucht- oder Komposterde gefüllt und

dicht besät. Bei der Saattiefe hält man sich an die Angaben auf dem Samentütchen. Die Erde wird regelmäßig gegossen, Samen von solchen Lichtkeimern können anfangs mit Folie abgedeckt werden, um ein Austrocknen zu verhindern. Es können auch Anzuchtboxen mit einem Deckel aus lichtdurchlässigem Kunststoff verwendet werden, um ein feucht-warmes Kleinklima zu schaffen.

Alternativ lassen sich die Samen auch ohne Erde zum Keimen bringen, ähnlich wie bei der Sprossenzucht, benötigen aber Sonnenlicht. Während Sprossen schon nach zwei bis fünf Tagen geerntet und komplett verzehrt werden, sind Microgreens meist nach etwa zwei Wochen erntereif. Das ist dann der Fall, wenn sich nach den Keimblättern die ersten „echten“ Blätter zeigen. Die Keimlinge werden dann knapp über der Erde abgeschnitten und sofort verarbeitet. Die Wurzel wird anders als bei den Sprossen nicht genutzt.



Foto: Adobe Stock/ronstik

Microgreens sind Nährstoffpakete, allerdings kein Ersatz für Gemüse, informiert die Krankenkasse AOK in ihrem Gesundheitsmagazin. Es fehlt ihnen an Pflanzfasern, die als Ballaststoffe wichtig sind, um den Darm gesund zu erhalten und die Verdauung zu unterstützen. Bei abgepackten Produkten aus dem Supermarkt ist zudem darauf zu achten, dass sie zeitnah verzehrt und vor dem Essen immer gründlich gewaschen werden. Durch lange Lagerung können sich Keime entwickeln. Bei selbst angebauten Keimlingen ist das wenig zu befürchten. Trotzdem rät die AOK, beim Anbau auf eine gute Hygiene zu achten. So sei es empfehlenswert, spezielle Samen zu verwenden, die für Microgreens angeboten werden. Diese wurden so vorbehandelt, dass sie keine Verunreinigungen etwa durch Bakterien enthalten und sind deshalb für den Mini-garten auf der Fensterbank besonders geeignet.

Die Vorteile der Microgreens: Sie benötigen kaum Platz, keinen Dünger und wenig Wasser. Sie sind schnell erntefähig und bereichern die Küche mit neuen Geschmacksnoten. Allerdings brauchen sie regelmäßige Zuwendung, denn austrocknen dürfen die Samen nicht. Ob die Anzucht der Minipflanzen in den eigenen Lebensrhythmus passt, muss jeder selbst ausprobieren. *net*

Anzeige



RÄTSELSPASS IM WOCHENSPIEGEL

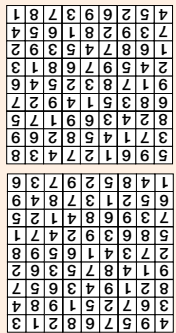
PRÄSENTIERT IHNEN IN DIESER WOCHE

FEHLERSUCHBILD

Unserem Zeichner sind im unteren Bild 8 Fehler unterlaufen. Wo sind diese zu finden?



LÖSUNGEN



HÖCHSTE ZEIT FÜR IHRE WERBUNG...



...DENN **HIER**
KÖNNTE IHRE ANZEIGE STEHEN!

Wenden Sie sich an uns, wir sind für Sie da.

Karl-Marx-Straße 64, 16816 Neuruppin
Tel. 03391/45 75 34

info.opr@wochenspiegel-brb.de



Ihr Anzeigenblatt im Land Brandenburg

SUDOKU

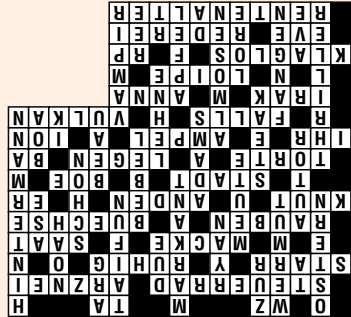
Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem 3-x-3-Kästchenquadrat alle Zahlen von 1 bis 9 enthalten sind.

9					1	
6	7	2			9	8
8		9				7
			7			2
2	7		4	1	6	9
5				9		
7				4		5
6	5	2			7	8
4						3

5	6			7		8
3		1			2	9
			4	3		
	8			5		
			8	3	2	
					6	1
		8			5	3
7		9			6	4
4			6		7	1

ältestes christliches Fest	Heilpflanze, Korbblütler			kurz für: zu der	US-Filmstar (Meg)	stark ausgeprägt		italienisch: zwei	tropischer Wirbelsturm			niederträchtig	Erbauer der Arche (A.T.)	Drahtzieher, Anstifter	
Leitvorrichtung, Volant									Medizin, Heilmittel						
				Hunde-schar bei der Jagd		lautlos						bereits		germanische Gottheit	
unbeweglich	Ver-fasser		Spleen						dt. Arbeiterführer † 1913		Aus-streuen d. Samen körner				
gewalt-sam in Besitz nehmen				gebrä-tene Fleisch-schnitte	Hoch-gebirge in Süd-amerika		zweiter Prä-si-dent der USA	kleiner Metall-behälter							
											Schön-ling (franz.)		persön-liches Fürwort		
Schutz-heiliger Däne-marks	Horror-film		große Wohn-an-siedlung						Rücken-stütze am Sitz	heftiger Wind-stoß				ungiftige Riesen-schlange	
Back-ware					kleine Spende			flach positi-onieren					Initialen d. Philo-sophen Kant		
			er-haschen, er-jagen	ein Ver-kehrs-zeichen						tropische Fleder-mausart		Sohn des Apollo			
persönl. Fürwort (zweite Person)	voraus-gesetzt, sofern				kleiner Berg-werks-wagen		weibl. Vor-name	Frucht mit Kern-gehäuse	„lätiger“ Berg						
Staat im Orient															
ohne zu jammern	latei-nisch: sei begrüßt		Ski-langlauf-spur						Segel-kom-mando: wendet!						
							wegen, weil		Abk.: Rappen						
Figur im „Zerbrochenen Krug“				ugs.: Klatsch, Ge-schwätz											
üblicher Zeitpunkt der Pen-sionierung															

Auflösung des Rätsels



IHR HOROSKOP VOM 04.01. BIS 10.01.2025

 Widder 21.3. - 20.4.	 Stier 21.4. - 20.5.	 Zwillinge 21.5. - 21.6.	 Krebs 22.6. - 22.7.	 Löwe 23.7. - 23.8.	 Jungfrau 24.8. - 23.9.	 Waage 24.9. - 23.10.	 Skorpion 24.10. - 22.11.	 Schütze 23.11. - 21.12.	 Steinbock 22.12. - 20.1.	 Wassermann 21.1. - 19.2.	 Fische 20.2. - 20.3.
Es zeigt sich jetzt, was echte Partnerschaft bedeutet. Und die Unterstützung, die Sie nun erhalten, versetzt Sie in die Lage, die höchsten Berge zu versetzen. Sie könnten einiges erreichen.	Ein Anruf könnte Ihre nähere Zukunft höchst positiv beeinflussen. Was vielleicht ein bisschen geheimnisvoll klingen mag, ist durch die Sterne belegt. Überraschungen wären denkbar!	Es ist nicht weiter tragisch, dass Sie einen kleinen Fehler begangen haben. Schlimm und tragisch wäre es nur dann, wenn Sie ihn nicht eingestehen würden! Zeigen Sie also Ihre Größe.	Man lässt Ihnen freie Hand, und genau das ist es, worauf Sie hingearbeitet haben. Wenn Sie jetzt beweisen können, dass Sie das in Sie gesetzte Vertrauen rechtfertigen, ist alles bestens!	Von Versprechungen, die zudem von wenig zuverlässigen Menschen kommen, sollten Sie sich nicht blenden lassen. Vertrauen Sie Ihrer Vorahnung und geben Sie den Leuten den Laufpass.	Horchen Sie doch einmal in sich hinein: Ihre innere Stimme sagt Ihnen schon, wie es nun weitergehen soll! Wenn Sie aus dem Bauch heraus handeln, sind Sie ja meistens prima gefahren.	Es geht Ihnen weder besser noch schlechter als den meisten Mitmenschen, aber Ihre im Augenblick an den Tag gelegte Ausgeglichenheit lässt alles in rosigem Licht erscheinen. Prima!	Die Beantwortung der wichtigsten Frage erlässt man Ihnen gnädigerweise. Damit haben Sie praktisch schon alle Hürden genommen. Nicht vorstellbar, dass die Sache jetzt nicht klappt.	Das Angebot, das man Ihnen unterbreitet, sollte großzügig sein: Wie Sie jetzt feststellen müssen, ist es das aber nicht. Verziehen Sie! Man sollte sich für einige Dinge zu schade sein.	Eine selbstlose Tat verdient Ihren Respekt, auch dann, wenn Sie die betreffende Person nicht sonderlich mögen. Was sie getan hat, ist absolut für eine Nachahmung empfohlen. Oder?	So sicher, wie Sie zurzeit im Leben stehen, dürfen Sie sich ruhig mal einige Experimente erlauben. Die Chancen, dass sich dabei ungeahnte Möglichkeiten ergeben, stehen nicht geradezu schlecht.	Nehmen Sie jede sich bietende Gelegenheit wahr, sich über Neuigkeiten zu informieren. Ein Gesprächsabend erscheint besonders interessant; die Teilnahme ist geradezu Pflicht.



Foto: Adobe Stock/Quality Stock Arts

Keine Krankheit, sondern ein Symptom

Stiftung Gesundheitswissen klärt über Fieber auf

PRIGNITZ. Nach wie vor grasieren Erkältungskrankheiten. Laut unterschiedlicher Gesundheitsorganisationen leiden derzeit mehr als sieben Millionen Menschen in Deutschland an akuten Atemwegserkrankungen. Begleiterscheinung der Erkältungsleiden und auch einer infektiösen Grippe ist häufig Fieber. Über die richtigen Messmethoden, darüber, wann überhaupt von regelrechtem Fieber zu sprechen ist, wie die Temperatur gemessen werden sollte, und was gegen Fieber zu tun ist, gibt es nach wie vor Aufklärungsbedarf.

Wichtig zu wissen: Fieber ist keine Krankheit, sondern ein Symptom, wie die vom Verband der Privaten Krankenkassen gegründete gemeinnützige Stiftung Gesundheitswissen (SGW) mitteilt. Es kann bei unterschiedlichsten Krankheiten auftreten, die häufig ansteckend sind – ebenso wie etwa bei Erkältungen. Eine erhöhte Körpertemperatur ist eine normale Abwehrreaktion des Körpers und hilft dem Immunsystem, die Krankheitserreger zu bekämpfen.

Gleichzeitig kann eine erhöhte Temperatur zu typischen Be-

schwerden wie Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Appetitlosigkeit oder Kopfschmerzen führen. Bei Erwachsenen, die durch Erkältungsviren erkrankt sind, steigt das Fieber in der Regel nicht allzu hoch und klingt nach wenigen Tagen wieder ab. Richtige Grippeviren und Bakterien hingegen können höheres Fieber auslösen.

ERHÖHTE TEMPERATUR ODER FIEBER?

Im Normalfall beträgt die Körpertemperatur zwischen 36 und 37 Grad Celsius. Bei Erwachsenen spricht man nach Angaben der SGW von erhöhter Temperatur, wenn das Fieberthermometer zwischen 37,5 und 38 Grad Celsius anzeigt. Steigt die Temperatur höher als 38 Grad Celsius, ist von Fieber die Rede. Hohes Fieber bedeutet demnach, dass die Temperatur auf 39 bis 41 Grad Celsius steigt. Alles, was darüber hinausgeht, wird als extrem hohes Fieber bezeichnet.

Bei einer Erkältung sinkt die Temperatur normalerweise nach wenigen Tagen wieder. Wenn das Fieber jedoch über einen längeren Zeitraum bestehen bleibt

oder auf über 39 Grad Celsius steigt, kann das laut SGW ein Anzeichen dafür sein, dass sich die Erkrankung verschlimmert. In diesem Fall sollten Erkrankte einen Arzt aufsuchen. Gleiches gilt, wenn das Fieber plötzlich wieder ansteigt, nachdem es zuvor abgeklungen war.

WAS HILFT BEI FIEBER?

Steigt die Temperatur zu hoch an oder macht sich ein ausgeprägtes Krankheitsgefühl breit, können Hausmittel zur Linderung der Beschwerden beitragen. Wichtig sei zunächst einmal, sich auszuruhen und körperliche Anstrengungen zu vermeiden, so die SGW. Außerdem sollten Erkrankte ausreichend trinken, da der Körper bei Fieber viel schwitzt. Es können auch fiebersenkende Medikamente wie Paracetamol, Ibuprofen und Acetylsalicylsäure (ASS) eingenommen werden. Letztere sind für Kinder jedoch nicht geeignet. Die Medikamente sind frei in der Apotheke erhältlich und wirken nicht nur fiebersenkend, sondern auch schmerzlindernd. Sie haben allerdings keinen Einfluss auf die Dauer oder den Verlauf

einer akuten Atemwegserkrankung oder einer Grippe.

WAS IST BEIM MESSEN ZU BEACHTEN?

Die einfachste Möglichkeit, Fieber zu messen, bieten laut SGW sogenannte Infrarotthermometer, die die Temperatur auf der Stirn oder im Ohr feststellen – innerhalb von wenigen Sekunden und zum Teil ohne Berührung. Ist lediglich ein herkömmliches Fiebermessthermometer zur Hand, ist das genaueste Ergebnis mit der rektalen Messung zu erwarten, bei der die Thermometerspitze in den Po geschoben wird. Eine Messung im Mund empfiehlt sich nicht, wenn aufgrund eines Schnupfens Probleme beim Atmen vorliegen. Darüber hinaus sollten bei der Messung im Mund oder unter den Achselhöhlen etwa 0,5 Grad zum abgelesenen Wert addiert werden, um die tatsächliche Körpertemperatur zu errechnen.



Es braucht Geduld

Hohe Nachfrage an der Augen-Tagesklinik Wittenberge

WITTENBERGE. Nach fast vierjähriger Planungs- und Bauphase war es so weit: Die OSG Augen-Tagesklinik Wittenberge öffnete nach ihrem Umzug aus Groß Pankow im Oktober 2024 ihre Tore. Die Nachfrage durch Patienten ist aufgrund regionaler Versorgungslücken hoch. „Wir stehen für eine hochqualifizierte, überregionale augenärztliche Versorgung in Wittenberge und Umgebung. Wir sind stolz auf unseren neuen Standort. Zusätzlich sind wir auch in vier weiteren Praxen in Salzwedel, Stendal, Mühlentrop und Rathenow für unsere Patientinnen und Patienten da. Unsere Praxis in Wittstock ist vorübergehend geschlossen“, so Amir Hamed, neuer Ärztlicher Leiter und Facharzt für Augenheilkunde in der Tagesklinik.

„Um den Patientinnen und Patienten in unseren neuen Räumlichkeiten eine bestmögliche Versorgung bieten zu können, bedarf es neben den medizinischen Qualifikationen auch eine effiziente Organisation der administrativen Aufgaben. Unser Ziel ist es, einen reibungslosen Ablauf zu gestalten. Aktuell sind wir jedoch auf Grund der Umbausituation noch eingeschränkt in unseren Mög-



Die Augen-Tagesklinik in Wittenberge wurde Ende Oktober 2024 eröffnet. Fotos: Ober Scharer Gruppe

lichkeiten. Zudem sind auch wir vom Fachkräftemangel sowie der Arbeitsmarktlage im Medizinsektor betroffen“, sagt Isabelle Könnig, die neue Zentrumsleitung in Wittenberge. „Wir sind uns bewusst, dass eine schlechte Erreichbarkeit und lange Wartezeiten für unsere Patientinnen und Patienten eine Herausforderung darstellen. Wir arbeiten täglich intensiv daran, die erforderlichen Verbesserungen schnellstmöglich umzusetzen“, erklärt Stefanie Zettl, stellvertretende Ärztliche Leitung.

Die deutlich höhere Nachfrage als in Groß-Pankow habe alle

überrascht, sagt Marcus Baer, Geschäftsführer der OSG. „Wir freuen uns jedoch, wie in der Vergangenheit auch zukünftig der maßgebliche Faktor in der Patientenversorgung der gesamten Region zu sein. Die Chance zur Verbesserung der Situation für die Menschen möchten wir nutzen. Auf dem Weg zum Ziel benötigen wir die Hilfe der Patientinnen und Patienten, indem diese uns etwas Geduld und vor allem Respekt im Umgang mit unseren sehr engagierten Mitarbeitenden schenken“, so Baer. Um dem Patientenaufkommen gerecht zu werden, wird 2025 das Team um neue Kolleginnen und Kollegen ergänzt.



Broschüre würdigt Bauen mit Holz

Bauprojekte in und um Neuruppin werden vorgestellt



NEURUPPIN. „Baukultur Neuruppin – Holz“ heißt eine Broschüre der Fontanestadt, die im Dezember der Öffentlichkeit vorgestellt wurde. Mit der Publikation würdigt die Stadt identitätsstiftende Orte und stadtbildprägende Plätze, gestalterisch gelungene Projekte und bemerkenswerte Baudetails, in denen Holz eine besondere Rolle spielt.

Kaum ein anderes Material begleitet unseren baukulturellen Alltag in derart vielfältigen Erscheinungsformen. Die ausgewählten Beispiele reichen von dem wohl ältesten Baum der

Stadt und historischen Gebäuden über Projekte, die Natur erlebbar machen, bis hin zum zukunftsweisenden Einsatz von Holz beim Mehrfamilienhausbau und bei öffentlichen Gebäuden, vom kleinen Fensterdetail bis hin zum weitläufigen Stadtpark. Dank der Mithilfe der Neuruppinerinnen und Neuruppiner konnte in den vergangenen Wochen und Monaten die neue Baukultur-Broschüre mit Leben gefüllt werden.

Bei der öffentlichen Präsentation der Broschüre wurde diskutiert, vor welchen besonderen

Eine Broschüre würdigt Bauen und Projekte, in denen Holz eine Rolle spielt. Foto: Stadtverwaltung Neuruppin/Kevin Pawelczyk

Herausforderungen die Baukultur im ländlichen Raum in Brandenburg steht. Dabei verriet die Architektin Susanne Walk, die als Eigentümerin vom „Landhaus Kastanie“ in Karwe jedes Wochenende zur Gastronomie wird, ihr Rezept für gute Baukultur. Der in der Broschüre vorgestellte Kiosk des Biergartens erlaubt auch in Zukunft einen erfrischen-

den Stopp bei einer Fahrradtour rund um den Ruppiner See. Mit dem gestalterisch gelungenen Umbau des Landhauses und dem engagierten Betrieb erhielt Karwe einen Raum, der durch sein kulturelles Angebot und als Ort für spontane Begegnungen und große Feiern nicht nur Menschen aus dem Ortsteil, sondern weit darüber hinaus anzieht.

Die Stadtverwaltung Neuruppin stellte ihr prämiertes Projekt zur Sanierung der Wilhelm-Gentz-Grundschule mit neu gebauter Sporthalle vor, bei dem Holz als maßgeblicher Baustoff zum Einsatz kam. Der kurze Film „Dein Park“ erlaubte im Anschluss einen virtuellen Ausflug in den Stadtpark an der Altruppiner Allee. Der Film porträtiert das mit dem Bundespreis Stadtgrün 2024 ausgezeichnete Modellvorhaben und lässt in Interviews die unterschiedlichen Akteure und Akteurinnen des kooperativen Prozesses zu Wort kommen.

Den Personen, die hinter den in der Broschüre vorgestellten Projekten stehen, wurde bei der Präsentation der Broschüre mit einer extra dafür gefertigten Stele aus Kiefernholz für ihr Engagement gedankt.

Die Broschüre „Baukultur Neuruppin – Holz“ steht ab sofort auf der Internetseite der Stadt unter www.neuruppin.de/stadtentwicklung-wirtschaft/zukunftandersmachen/baukultur-neuruppin.html zum Download zur Verfügung. Kostenlose gedruckte Exemplare liegen unter anderem im Bürgerbahnhof, in der Stadtbibliothek, im Museum und an anderen öffentlichen Orten im Stadtgebiet aus oder können im Amt für Stadtentwicklung und Umwelt der Stadtverwaltung nach vorheriger Absprache (bei Frau Knittel: monique.knittel@stadneuruppin.de) abgeholt werden.

Beschränkte Ausschreibung
nach öffentlichem Teilnehmerwettbewerb - Sanierung von Leerwohnungen Quartier I, II, III und IV -
Bauherr: Neuruppiner Wohnungsbaugesellschaft mbH, Kränzliner Str. 32 a, 16816 Neuruppin
www.nwg-neuruppin.de/ausschreibungen, Tel.: 03391 84 07-0, E-Mail: vergabestelle@nwg-neuruppin.de

Die Neuruppiner Wohnungsbaugesellschaft mbH beabsichtigt, eine bestimmte Anzahl an Leerwohnungen grundlegend zu sanieren. Die Wohnungen der Quartiere I - IV befinden sich im Neubaugebiet von Neuruppin sowie im Sanierungsgebiet der historischen Altstadt von Neuruppin.

Die ersten 3 Quartiere befinden sich im Neubaugebiet von Neuruppin: In den Wohnkomplexen I (Thomas-Mann-Straße, Franz-Maecker-Straße, Junckerstraße), II (Hermann-Matern-Straße, Artur-Becker-Straße, Erich-Schulz-Straße, August-Fischer-Straße, Anna-Hausen-Straße) und III (Heinrich-Rau-Straße, Otto-Grotewohl-Straße, Artur-Becker-Straße, Rudolf-Wendt-Straße, Franz-Cyraneck-Straße).

Das vierte Quartier befindet sich im Altstadtgebiet von Neuruppin. Die Wohnungen im WK I und II wurden in den Jahren von 1968 bis 1979 als mehrgeschossige Wohnungsbauten der Laststufe 0,8 Mp innerhalb des Industriellen Wohnungsbaus der DDR mit den Serien IW 64, IW 65 und IW 70 errichtet. Im WK III und IV handelt es sich um Wohnungen, die in den Jahren von 1979 bis 1990 als mehrgeschossige Wohnungsbauten der Laststufe 6,3 Mp innerhalb des Industriellen Wohnungsbaus der DDR mit den Serien WBS 70 I, II und III, ausgeführt wurden.

Die Wohnungsbestände in der Altstadt befinden sich sowohl in den klassizistischen als auch in den mittelalterlichen Straßenzügen, wie z.Bsp. August-Bebel-Straße und Friedrich-Engels-Straße oder auch Fischbänkenstraße und Seestraße.

Zu beachten ist Folgendes:

1. Die ausgeschriebenen Leistungen werden als Rahmenvereinbarung nach den Grundsätzen des §15 UVgO, Abs. 1 - 4, vergeben. Die Laufzeit beschränkt sich hierbei auf 1 Jahr.
2. Die zu erbringenden Leistungen in den Quartieren I - IV sind in jeweils 8 Lose (Fachlose) aufgeteilt.
3. Die Leistungen werden losweise vergeben.
4. Die Bieter sollen sich nur auf ihre entsprechenden Fachlose bewerben. Ein Unterauftragnehmer zur Erbringung der Leistungen wird ausgeschlossen.
5. Es besteht die Möglichkeit, sich auf mehrere Lose in unterschiedlichen Quartieren zu bewerben. Es werden jedoch höchstens nur zwei Fachlose aus zwei unterschiedlichen Quartieren an einen Bieter vergeben.

Die Ausschreibungsunterlagen werden ausschließlich per E-Mail versandt.

Ausführungszeit: 04/2025 bis 03/2026
Auszuführende Bauleistungen in den Quartieren I - IV mit folgenden Losen:

Quartier I: WK I	Quartier II: WK II
Los 01 - Abbrucharbeiten	Los 01 - Abbrucharbeiten
Los 02 - Heizung/Lüftung/Sanitär	Los 02 - Heizung/Lüftung/Sanitär
Los 03 - Elektroinstallation	Los 03 - Elektroinstallation
Los 04 - Trockenbauarbeiten	Los 04 - Trockenbauarbeiten
Los 05 - Fliesen- und Plattenarbeiten	Los 05 - Fliesen- und Plattenarbeiten
Los 06 - Maler- und Bodenbelagsarbeiten	Los 06 - Maler- und Bodenbelagsarbeiten
Los 07 - Tischlerarbeiten (Fenster/Türen)	Los 07 - Tischlerarbeiten (Fenster/Türen)
Los 08 - Gebäudereinigungsarbeiten	Los 08 - Gebäudereinigungsarbeiten

Quartier III: WK III	Quartier IV: Altstadt
Los 01 - Abbrucharbeiten	Los 01 - Abbrucharbeiten
Los 02 - Heizung/Lüftung/Sanitär	Los 02 - Heizung/Lüftung/Sanitär
Los 03 - Elektroinstallation	Los 03 - Elektroinstallation
Los 04 - Trockenbauarbeiten	Los 04 - Trockenbauarbeiten
Los 05 - Fliesen- und Plattenarbeiten	Los 05 - Fliesen- und Plattenarbeiten
Los 06 - Maler- und Bodenbelagsarbeiten	Los 06 - Maler- und Bodenbelagsarbeiten
Los 07 - Tischlerarbeiten (Fenster/Türen)	Los 07 - Tischlerarbeiten (Fenster/Türen)
Los 08 - Gebäudereinigungsarbeiten	Los 08 - Gebäudereinigungsarbeiten

Teilnahmeanträge sind zu stellen bis zum: 17.01.2025, 12:00 Uhr
Versand der Unterlagen: 23.01.2025
Submission beim Bauherrn: 10.02.2025, 10:00 Uhr

Der Bewerbung sind zwingend die Nachweise der Fachkunde und Leistungsfähigkeit gemäß §§ 44 - 46 VgV beizulegen. Bitte in den Teilnahmeanträgen genau angeben, für welches Quartier und welches Los Sie sich bewerben möchten.

gez. Liefke, Geschäftsführer



Foto: Adobe Stock/aletia2011

Oma-Enkel-Treff und Knirpsensport

Angebote des Familienzentrums „Mittendrin“ im Januar

WUSTERHAUSEN. Das AWO-Familienzentrum „Mittendrin“ in Wusterhausen hat seine Planung für den Januar publik gemacht. Montags zwischen 13 und 16 Uhr wird der „Oma-Enkel-Treff mit Hausaufgabenhilfe“, eine Anleitung zur Hausaufgabenhilfe, angeboten. Zwischen 16 und 18 Uhr gibt es am gleichen Tag den „Mini-Lernkurs“, eine Anleitung zur fachspezifischen individuellen Nachhilfe und Förderung. Dienstags steht zwischen 9 und 12 Uhr das Café „Atempause“ auf dem Programm, wo es um die Entwicklung eines Kindes im ersten Lebensjahr gehen soll. Zwischen 12.30 und 14 Uhr wird das „Offene Ohr“, ein Smalltalk-Treffen, ohne vorherige Anmeldung angeboten. Zwischen 15.30 und 17.30 Uhr laden die „Musikwichtel“ zu gemeinsamen musikalischen Erfahrungen ein. Mittwochs zwischen 9 und 12 Uhr gibt es das „Offene Frühstück“, wo es um den Austausch mit anderen geht. Von 14 bis 18 Uhr schließt sich dann der Seniorennachmittag mit Karten- und Brettspielen bei Kaffee und Kuchen an. Donnerstags, 15.30 bis 17.30 Uhr, stehen die Türen für den „Knirpsensport“ für Kinder zwischen ein und drei Jahren offen. Freitags zwischen 9 und 11 Uhr werden nach Terminvereinbarung „familiäre Praktiken“, wie etwa das Ausfüllen von Anträgen oder andere Hilfen, angeboten. Zudem gibt es zusätzliche Angebote wie am Samstag, dem 18. Januar, zwischen 14 und 17 Uhr, einen familiären Nachmittag mit den neuesten Kinderbüchern, bei dem das Lieblingsbuch der eigenen Kinder mitgebracht werden kann. Am Freitag, dem 24. Januar, steht zwischen 11 und 14 Uhr gemeinsames Kochen einer winterlichen Suppe an, die nahrhaft und wärmend sein soll. Ein Online-Seminar für Eltern zum Thema „Mobbing in der Schule“ wird am Mittwoch, dem 29. Januar, 20 bis 21.30 Uhr, angeboten, für das sich Interessierte bestenfalls via E-Mail an familienzentrum.wusterhausen@awo-opr.de anmelden sollten.

Für einzelne Angebote wird eine Teilnahmegebühr von zwei Euro für Erwachsene und Kinder ab 13 Jahren erhoben. Kinder zwischen drei und zwölf Jahren zahlen einen Euro. Wegen Renovierungsarbeiten ist das Familienzentrum am 30. und 31. Januar geschlossen. WS

WS

Von Kunst- bis zu Sprachkursen

Das Frühjahrsprogramm 2025 der Kreisvolkshochschule OPR ist da

OSTPRIGNITZ-RUPPIN. Von Kunst, Kultur und kreativem Gestalten, Mensch, Gesellschaft und Politik, Tanz- und Gesundheitsangeboten über Medien- und berufliche Bildung bis hin zu Fremdsprachenkursen sowie Deutsch als Fremdsprache reicht die Themenvielfalt der Kurse im neuen Programmheft der Kreisvolkshochschule (KVHS) OPR für das erste Halbjahr 2025. Neben Kursen, Einzelveranstaltungen und Vorträgen im bewährten Präsenzformat gehören auch Onlinekurse zum Angebot. Die Möglichkeiten sind vielfältig: Künstlerische Adern können in Kursen entdeckt, Strategien für eine nachhaltige Lebensführung erworben werden. Fitness und Resilienz lassen sich in Bewegungs- und Gesundheitskursen stärken. Ebenso gibt es Optionen Fremdsprachenkenntnisse auszubauen und den Anforderungen einer sich dynamisch wandelnden Arbeitswelt besser gerecht zu werden. Weiterhin leisten Angebote für zugewanderte und geflüchtete Personen im Bereich Deutsch als Zweitsprache ebenso wie Kurse zum Erwerb grundlegender Lese- und Schreibkompetenzen einen wichtigen Beitrag zu besserer Integration und Teilhabe. Zur Gesundheitsbildung und um für die beruflichen und alltäglichen Herausforderungen gewappnet zu sein, bietet die Kreisvolkshochschule verschiedene Entspannungs- und Bewegungs-

kurse an. Mit Bildungszeitofferten unterbreitet sie ein kompaktes spannendes Kursformat, in dem Teilnehmende intensiv – meist an fünf Tagen, jeweils etwa sechs Stunden – Entspannungstechniken lernen.

Der digitale Stammtisch gibt Menschen der älteren Generation eine Plattform zum Ausprobieren und Erwerben von Kompetenzen rund um digitale Medien, wie Smartphone, Tablet oder PC. Gerade weniger digital affinen Menschen sollen damit Möglichkeiten zur Teilhabe am „digitalen Leben“ vermittelt werden. Weiterbildung für Jung und Alt bleibt ein unverzichtbarer Bestandteil der Kreisvolkshoch-

schularbeit. Hierzu sind Kurse zu Word und Excel, Bewerbungstraining und beruflicher Veränderung, Steuererklärung mit Elster sowie Sicherheit im Umgang mit dem Internet im Programm.

An den Webinaren kann bequem und von jedem Gerät aus teilgenommen werden. Die inhaltliche Bandbreite reicht hier von Gesundheitsthemen über Künstliche Intelligenz, Verbraucherschutz bis hin zu Bewegungs- und Entspannungstrainings.

Vielfältige Veranstaltungen – Vorträge und Kurse – entführen in die Vergangenheit und unterstützen dabei, den Blick auf aktuelle Themen und Ereignisse zu schärfen. Mit der Historikerin Ju-

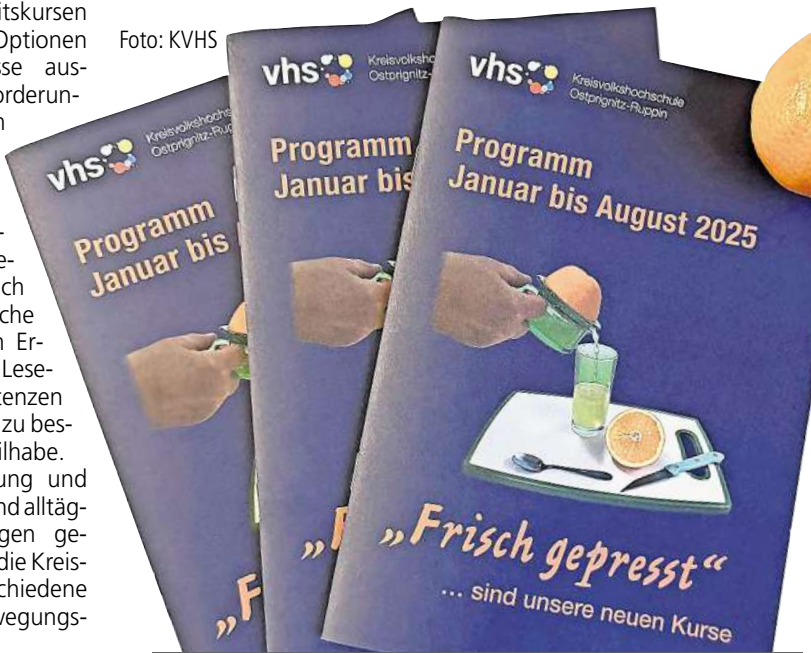
lia von Grünberg starten ab März 2025 im Schloss Metzelthin Impulsvorträge. Wissenswertes gibt es auch zu der Geschichte der Ruppiner Kliniken oder dem Ruppiner Bilderbogen.

Ein entscheidender Faktor für ein offenes und gutes Miteinander ist die Verständigung. Ob Deutsch als Fremdsprache oder eine Sprache direkter europäischer Nachbarn erlernt werden soll: An der Kreisvolkshochschule OPR werden Interessierte fündig. Von Englisch, Italienisch, Spanisch oder Polnisch bis hin zu Schwedisch bilden Sprachen einen festen Bestandteil des Programms der KVHS.

Das Programm für das Frühjahr-Semester der Kreisvolkshochschule Ostprignitz-Ruppin ist online unter www.vhs-opr.de einsehbar und die Kurse können online oder per E-Mail an volkshochschule@opr.de gebucht werden.

Das gedruckte Programmheft liegt kostenlos in den Regionalstellen in Neuruppin, Kyritz und Wittstock/Dosse, in allen Verwaltungsgebäuden des Landkreises Ostprignitz-Ruppin sowie in den Bibliotheken und Buchhandlungen Neuruppin, Wusterhausen/Dosse, Kyritz, Fehrbellin, Wittstock/Dosse, Heiligengrabe und Neustadt (Dosse) bereit. WS

Foto: KVHS



Ab dem 6. Januar 2025 gelten folgende neue Öffnungszeiten für die Regionalstelle in Kyritz: Montag: 9 bis 14 Uhr; Dienstag: 9 bis 16.30 Uhr; Mittwoch: 9 bis 14 Uhr (nur telefonisch), Donnerstag: 9 bis 14 Uhr; Freitag: geschlossen. Die Öffnungszeiten der Regionalstellen der Kreisvolkshochschule in Wittstock/Dosse und Neuruppin ändern sich nicht. Weitere Infos gibt es telefonisch bei Dorett Schröder unter 03391/769161 oder bei Silke Ristau unter 03391/769162.

Gesundheit

ANZEIGE

Hochdosiertes CBD Gel mit 900 mg CBD begeistert Anwender

Der wertvolle Wirkstoff Cannabidiol, kurz CBD, wird aus der Hanfpflanze gewonnen und beschäftigt Wissenschaftler auf der ganzen Welt, denn in dem Pflanzenstoff steckt enormes Potenzial, darüber sind sich die Fachleute einig. Aber wie können Millionen Menschen von dem Cannabisstoff profitieren? So viel sei verraten: Es hat mit einem neuen, hochdosierten CBD-Produkt aus der Apotheke zu tun.

Der älteste Hanf-Fund in Europa liegt in Deutschland und wird auf 5500 v. Chr. datiert. Damals war jedoch noch nicht zu erahnen, dass insbesondere der Cannabisstoff CBD einmal einen Siegeszug in der Wissenschaft antreten würde. Heute ist ein regelrechter CBD-Boom ausgebrochen. Kein Wunder, denn anders als der ebenfalls bekannte Cannabisstoff THC (Tetrahydrocannabinol), der für die berauschende Wirkung der Cannabisdroge verantwortlich ist, macht CBD weder „high“ noch abhängig. Sogar die WHO (Weltgesundheitsorganisation) stuft CBD als sichere Substanz mit einem ge-



Müde und beanspruchte Muskeln? Viele vertrauen dabei auf Rubaxx Cannabis CBD Gel.

ringen Risiko ein.¹ Zahlreiche Studiendaten deuten bereits darauf hin, dass CBD einen

äußerst vielfältigen therapeutischen Nutzen haben könnte.

Deutsche Forscher entwickelten erstes Gel mit höchstem CBD-Gehalt pro Tube

Auch ein deutsches Forscherteam hat sich umfassend mit den vielfältigen Cannabisarten beschäftigt. Mittels

eines speziellen CO₂-Verfahrens konnten sie aus der besonderen Cannabisart sativa L. hochwertiges, reines CBD isolieren und mit einer Dosierung von mindestens 900 mg CBD in einem speziellen Gel aufbereiten.

Sie brachten nicht nur das erste Gel mit dem höch-

ten CBD-Gehalt pro Tube in deutschen Apotheken auf den Markt, sondern stellten auch sicher, dass es unter strengen deutschen Pharmastandards mit neuester Technologie hergestellt wird.

Basierend auf ihrem Fachwissen über natürliche Pflanzen- und Inhaltsstoffe reichern die Wissenschaftler das wertvolle Cannabis CBD Gel mit Menthol und Minzöl an – für eine angenehm pflegende Formulierung bei beanspruchten Muskeln! Dieses hochdosierte CBD Gel ist heute unter dem Namen Rubaxx Cannabis CBD Gel in der Apotheke vor Ort oder online erhältlich.

Im Netz findet man inzwischen zahlreiche positive Erfahrungen von begeisterten Anwendern. So berichtet eine Anwenderin über das CBD Gel: „Ein sehr gutes Produkt! Schon nach kurzer Anwendung hat sich ein beeindruckender Erfolg eingestellt. Durch die einfache Handhabung und praktische Verpackung kann man es immer dabei haben. Das Preis-Leistungs-Verhältnis ist sehr gut.“

IN IHRER APOTHEKE ERHÄLTlich



Für Ihre Apotheke: Rubaxx Cannabis CBD Gel (PZN 18731655)



www.rubaxx-cannabis.de

¹WHO Report Finds No Public Health Risks Or Abuse Potential For CBD. To date, there is no evidence of recreational use of CBD or any public health related problems associated with the use of pure CBD. • Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält ca. 900 mg CBD, kein THC. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden

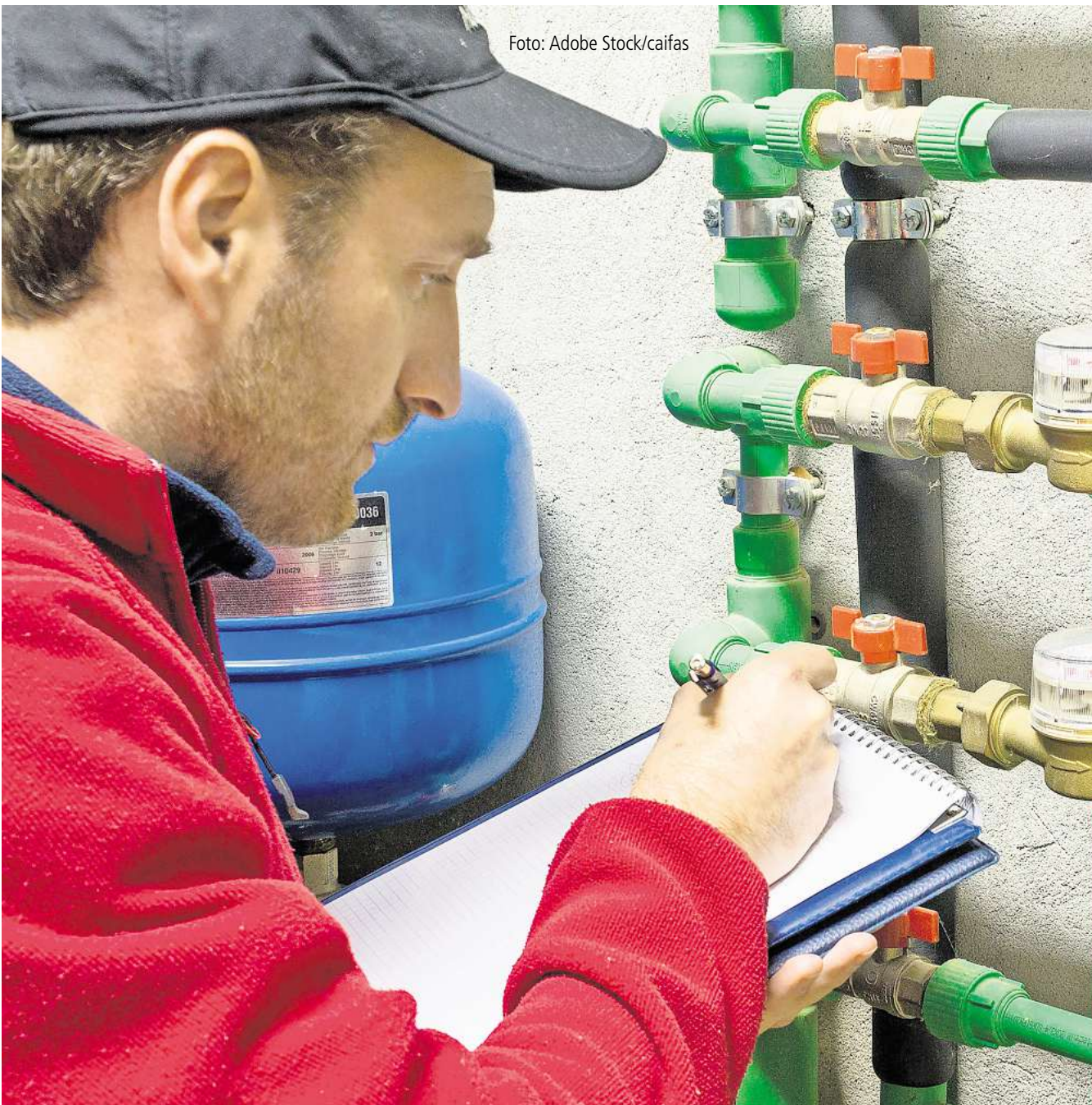


Foto: Adobe Stock/caifas

Zählerstände ablesen und übermitteln

Zum Jahreswechsel: Verbraucherzentrale rät zu eigener Dokumentation

BRANDENBURG. Mindestens einmal im Jahr sollten Verbraucherinnen und Verbraucher die Zählerstände ihrer Strom- und Gaszähler ablesen. Das Jahresende ist dafür ein sehr guter Zeitpunkt. Tipps dazu hat die Verbraucherzentrale Brandenburg (VZB). „Die Zählerstände zum Jahreswechsel abzulesen, ist im doppelten Sinne vorteilhaft“, sagt Rico Dulinski, Rechtsexperte bei der Verbraucherzentrale Brandenburg. „Denn einerseits dienen die selbst abgelesenen Daten der eigenen Dokumentation. Wer immer am gleichen Tag abliest – beispielsweise zu jedem Jahreswechsel –, kann den eigenen Verbrauch leicht ausrechnen und abgleichen, wie sich dieser im Vergleich zu den Vorjahren entwickelt hat.“ Wie Dulinski erklärt, könnten die Ergebnisse dann auch gleich zu guten Vorsätzen für das neue

Jahr führen. „Und übermitteln man diese Werte auch noch an seinen Messstellenbetreiber oder Versorger, können diese sie auch in der Energieabrechnung berücksichtigen“, so der Rechtsexperte. Basiert die Abrechnung auf tatsächlich abgelesenen Zählerwerten, gibt es schon einen möglichen Konfliktpunkt weniger. „In der Beratung sehen wir oft Abrechnungen, die auf errechneten oder geschätzten Zählerständen beruhen, welche wenig mit der Realität zu tun haben. Nach der Überraschung über den Rechnungsbetrag muss man dann aktiv werden, um eine Rechnungskorrektur zu erhalten“, sagt Dulinski. „Dies kann man durch selbstständiges Ablesen und Übermittlung des Ablesewertes vermeiden. Das schont die Nerven und insbesondere der zeitliche Aufwand dafür ist viel geringer als der für das

nachträgliche Korrektur-Prozedere.“

TIPPS ZUR ÜBERMITTLUNG DER WERTE

Neben den abgelesenen Werten benötigen die Messstellenbetreiber auch die Zählernummern für die korrekte Zuordnung. „Die meisten Messstellenbetreiber ermöglichen die Datenübermittlung per Webformular. Dort ist genau angegeben, welche Daten an welcher Stelle einzutragen sind. Übermittelt man die Zählerstände über das Kundenkonto, sind die Zählernummern meist schon hinterlegt“, weiß Dulinski. Zu niedrige Zählerstände zu übermitteln und dann auf eine geringere Rechnung zu hoffen, sei keine gute Idee, so Dulinski: „Denn einerseits findet immer eine Prüfung auf Plausibilität statt. Und andererseits werden die Zähler irgendwann doch vom Messstellenbetreiber abgelesen. Dann kommt es zu einer Abrechnung aller bis dahin aufgelaufenen Verbräuche, womit hohe Nachzahlungsbeträge garantiert sind.“ WS

Für individuelle Fragen können Verbraucherinnen und Verbraucher die Beratung der Verbraucherzentrale Brandenburg in Anspruch nehmen: Vor-Ort oder telefonische Beratung, -Terminvereinbarung erforderlich unter Tel. 0331/98229995 (Mo bis Fr, 9 bis 18 Uhr) – oder online unter www.verbraucherzentrale-brandenburg.de/terminbuchung

TRAUERANZEIGEN

Das Schönste, was ein Mensch hinterlassen kann, ist ein Lächeln im Gesicht derjenigen, die an ihn denken.

Von unserer lieben Mutti

Ruth Ludwig

geb. 4.1.1932 gest. 6.12.2024

haben wir Abschied genommen.

Herzlichen Dank

sagen wir allen, die sich in stiller Trauer mit uns verbunden fühlten und ihre Anteilnahme auf vielfältige Weise zum Ausdruck brachten.

Ein besonderer Dank gilt dem Pflegepersonal des WB III des Seniorenzentrums Christophorus, dem Bestattungsinstitut Gädke, der Rednerin Frau Wenglewski, der Floristin Ina Schulz für den Blumenschmuck sowie der Gaststätte „Zur Alten Mälzerei“ für die Ausrichtung der Kaffeetafel.

In liebevoller Erinnerung
die Kinder mit ihren Familien

Pritzwalk, im Dezember 2024

Legt alles still in Gottes Hände, das Glück, den Schmerz, den Anfang und das Ende.

Gott, der Herr, erlöste am 28. Dezember 2024 unsere liebe Mutter, Schwiegermutter, Oma, Schwester und Tante



Gisela Korenke

geb. Ulrich

nach langer schwerer Krankheit im Alter von 87 Jahren.

In tiefem Schmerz

deine Söhne

Fred

Uwe und Annett

deine lieben Enkel

Jonas, Lina und Noa

dein Bruder Siegfried und Familie

sowie alle, die dich gern hatten

Wir begleiten sie zu ihrer letzten Ruhestätte am Dienstag, dem 7. Januar 2025, um 11 Uhr von der Kirche in Penzlin aus.

MAZ. Jetzt auch bei WhatsApp!



QR-Code scannen oder **MAZ-online.de/whatsapp**



NEUER JOB?...UNSER STELLENMARKT!

Jetzt inserieren und beruflich durchstarten:

0331 / 28 40 404

Stralsund - Berlin

Stralsund - Insel Hiddensee - Insel Rügen - Insel Usedom - Szczecin - Schwedt - Eberswalde - Berlin



Komfort-Highlight:
Auch mit PTI-HaustürService buchbar!

Inklusive Busanreise und Busabreise zum/vom Schiff

Flusskreuzfahrt Holland

Haarlem - Keukenhof Lisse - Amsterdam - Kampen - Deventer - Arnhem



Mit Besuch des Keukenhofs!



Wochenspiegel in Kooperation mit MAZ Leserreisen.

Erleben Sie bei dieser wundervollen Flusskreuzfahrt die Vielfalt der Inseln, die Ostsee und die Boddengewässer – verträumte Fischerdörfer, pulsierende Badeorte und die Hansestädte, wie z. B. Stralsund und Szczecin. Ein Besuch von Kloster Chorin und der pulsierenden Hauptstadt Berlin lassen diese Reise zu einem unvergesslichen Erlebnis werden!

Inklusive

Busanreise zum Schiff nach Stralsund und Busrückreise vom Schiff ab Berlin / Busbegleitung parallel zur Kreuzfahrt / Kreuzfahrt Stralsund - Vitte - Lauterbach - Peenemünde - Wolgast - Szczecin - Schwedt - Eberswalde - Oranienburg - Berlin / 7 Ü/VP an Bord der MS „Johannes Brahms“ in einer 2-Bett-Außenkabine je nach geb. Kategorie / Kofferservice

Eingeschlossene Highlights

5-Gang-Kapitänsdinner / tägl. Live-Musik / deutschsprachige Reiseleitung an Bord u.v.m.

Reisetermine (8 Tage)

05.07.2025 – 12.07.2025
26.07.2025 – 02.08.2025

Preise pro Person in Euro

2-Bett-Außenkabine: ab 1.779,-*

Wunschleistung pro Person in Euro

- 7 Ausflüge zum Vorzugspreis: + 199,-

Komfort-Highlight:

Auch mit PTI-HaustürService buchbar!

* inkl. Frühbucherrabatt von 200€ p. P. – limitiertes Kontingent

Freuen Sie sich auf eine unvergessliche Flusskreuzfahrt mit spannenden Stops im pulsierenden Amsterdam, im charmanten Kampen, im historischen Deventer und im lebendigen Arnhem sowie dem Besuch des bekannten Keukenhofes in Lisse. Diese einmalige Kulisse wurde bereits von Bill Clinton und der ehemaligen Königin von England besucht.

Inklusive

Busanreise zum Schiff nach Haarlem und Busrückreise vom Schiff ab Arnhem / Kreuzfahrt Haarlem - Amsterdam - Kampen - Deventer - Arnhem / 5 Ü/VP an Bord der MS „Dutch Grace“ in einer 2-Bett-Außenkabine je nach geb. Kategorie / Kofferservice

Eingeschlossene Highlights

5-Gang-Kapitänsdinner / tägl. Live-Musik / deutschsprachige Reiseleitung an Bord u.v.m.

Reisetermin (6 Tage)

06.04.2025 – 11.04.2025

Preise pro Person in Euro

Doppelkabine: ab 1.263,-*

Wunschleistung pro Person in Euro

- 5 Ausflüge zum Vorzugspreis: + 164,-

Komfort-Highlight:

Auch mit PTI-HaustürService buchbar!

* inkl. Frühbucherrabatt von 150€ p. P. – limitiertes Kontingent



Veranstalter: Kreuzfahrtwelten GmbH | Geschäftsführer: Kai Otto | HRB 15935 | Neu Roggentiner Str. 3 | 18184 Roggentin/Rostock in Zusammenarbeit mit PTI Panoramica Touristik International GmbH | Vorbehaltlich Druckfehler und Zwischenverkauf



Ihre MAZ-Leserreisen –

persönliche Beratung & Buchung:

☎ 0800 5890290 (kostenfrei, Mo-Fr 9-16 Uhr)

🌐 maz.pti.de



STELLENANGEBOTE

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Bürokauffrau/- mann und/oder

eine/n **Versicherungskauffrau/- mann**

in Voll- oder Teilzeit zur Verstärkung unseres Teams

Sie haben eine abgeschlossene kaufmännische Ausbildung und/- oder besitzen idealerweise Vorkenntnisse im Bereich der Versicherungen.

Sie sind vertraut mit den MS-Office Anwendungen und haben Freude an organisatorischen und administrativen Tätigkeiten, dann bieten wir Ihnen einen sicheren Arbeitsplatz mit flexiblen Arbeitszeiten in einem erfolgreichen Unternehmen.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbungsunterlagen:

MARTENS/ PRAHL/PERLEBERG
Versicherungskontor GmbH Perleberg
Karl-Marx-Straße 3, 19348 Perleberg
Mobil: +49 1702100606 Email: schatz@mph.de

DIENTSTLEISTUNGEN

Enträmpelung, Wohnungsauflösung und Kleintransporte, Fa. Schwarz ☎ (0 157) 335 44 375

Dachrinnenreinigung 1€/lfm, Dachreinigung ab 5€/m², Fa. „Die HausEngel“ ☎ (0 1520) 219 49 39

GESCHÄFTLICHE EMPFEHLUNGEN

Billige Baustoffe aus Polen Holz+ PVC-Fenster, Haustüren, Holztreppen ab 1489€ Dachfenster, Schornstein, Garagentore, Doppelstabzaun, Rollläden, Styropor, Stahltreppen, Isolierwolle. **0048691712251**

BEKANNTSCHAFT

ER SUCHT SIE

Ich suche eine Frau die genau wie ich das Bedürfnis hat nach Kuscheln , Zärtlichkeit & Küssen bei besinnlicher Musik & Kerzenschein. Ich bin ein netter , liebevoller Mann, habe eine schlanke Figur & ein gepflegtes Äußeres.(kein finanz. Interesse) Tel.01729515493

Romantiker 51 J., 1,80 m, sucht die nette sympathische Frau, gerne auch älter. Tel. 01520/5327779

Kontaktbörse / EROTIK

Perleberg: Karina (33) sexy Blondine, Spitzenservice, Ölmassage... ☎ 0162/5622440, www.rotlicht.de

KLARA wieder da! Super sexy und scharf! 0152-24112192



Sie sucht Ihn

Jacqueline, 41 J., gutausschende, hübsche Krankenschwester. Suche nach Enttäuschung „Ihn“, der wie ich nicht ständig Trubel braucht, sondern Häuslichkeit und Natur mit mir genießt. **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. 1109444.

Tag für Tag, Woche für Woche vergeht und Elke, 81/162, schlanke Figur, verwitwet, v. B. Ärztin, hat schon fast alle Hoffnung, noch einmal einen lieben Lebensgefährten zu finden, aufgegeben, denn niemand ist da, der sie braucht. Dabei ist sie eine herzensgute, nette, adrette, gemütvoll und zärtliche, leider sehr einsame Frau, die gut kochen kann, firm in Haushalt und Garten, naturverbunden und tierlieb ist. Du wirst Dich freuen, wenn Du sie siehst und in deine Arme schließen kannst. Gern würde sie sich mit ihrem kleinen, neuen Auto bei Dir vorstellen. Welcher ehrliche, ältere Herr ist auch so allein und ruft an? **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. KL 3739.

Für mich, Susanne, 49 Jahre, mit zierlich schlanker Figur, blond, zärtl., treu, hübsch und bedeutet Liebe das tiefe Gefühl füreinander da zu sein und miteinander zu leben. Ich bin leider nur eine einfache Gärtnerin, aber sehr hübsch, vollbusig, an-schmiegsam, zärtlich, sexy, mit schmiegsam, zärtlich, sexy, mit vielen hausfraulichen Vorzügen und bestimmt treu. Gibt es einen lieben Mann, der mich braucht? Da ich nicht ortsgebunden bin, könnte ich bei Sympathie auch zu Dir ziehen. Bitte ruf an über **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. KC 2717.

Annett, 63 Jahre, seit 2 Jahren allein, Medizinerin, feminin, sportlich. Ich bin eine Frau, auf die man sich 100-prozentisch verlassen kann, die zuhören kann und gern verwöhnt. Mein Wunsch – ein aufmerksamer Partner, der Natur, Musik, Wasser, Berge, nette Menschen und auch sonst vieles Schöne mit mir genießen möchte. **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. KL 3105.

Wieder neu verlieben und wieder Spaß am Leben haben, wünscht sich eine bildhübsche junge Witwe, 53/160, nachdem sie 3 Jahre allein war, hat sie wieder Mut gefasst. Sie ist schlank, attraktiv, liebenswert, voller Lebensfreude und braucht viele Streicheleinheiten, die sie auch gern zurückgibt. Sie ist sportlich, ehrlich, unternehmungslustig, reist. Du wirst Dich freuen, wenn Du sie siehst und in deine Arme schließen kannst. Gern würde sie sich mit ihrem kleinen, neuen Auto bei Dir vorstellen. Welcher ehrliche, ältere Herr ist auch so allein und ruft an? **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. KL 3739.

Jana, Ende 30/168, schlank, blond, zärtl., treu, hübsch und habe die Hoffnung trotzdem fast aufgegeben. Erst bin ich heiß umworben u. wenn die Sprache auf meinen kl. Sohn kommt, ist alles aus. Irgendwo muss es doch einen lieben Mann geben, den ein liebes Kind nicht stört. Da ich nicht ortsgebunden bin und ich in meinem Job als Physiotherapeutin überall Arbeit bekomme, könnten wir bei Wunsch auch zu Dir ziehen. Bitte sei so lieb und ruf an über **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. 1109343.

WIR SUCHEN DICH!

PROJEKTINGENIEUR FÜR FERNWÄRME UND WÄRMekonzepte

30 Tage Urlaub
38 Std./ Woche
13. Monatsgehalt
betriebl. Altersvorsorge
Gleit Arbeitszeit

Jetzt bewerben!

www.svw-pritzwalk.de

KFZ GESUCHE

PKW KAUFGESUCHE

Kaufe Simson, MZ, Jawa, IWL, EMW, AWO, und andere alte Mopeds und Motorräder, auch defekt oder Ersatzteile 0172/3116103

Autohandel S & S kauft ständig **Kfz - fast aller Art - auch für Export**, alle Fabrikate, auch Unfall. **Barzahlung und sofortige Abholung** Perleberg/OT Quitzow a.d. B5, Tel. 0 38 76 / 78 99 07 oder 01 71 / 5 48 77 87

VERSCHIEDENES

Brenn- & Kaminholz, ofenfertig, trocken in versch. Sorten & Größen. Auch Stammware, 3m, waldfrisch erhältlich. Lieferung möglich. Angebot unter ☎ 0162/6732220

Dreh(wand)kalender, Dauerkalender aus der DDR gesucht. 015150130099

Lilien Apotheke

Sehr geehrte Kunden, Patienten, Praxen und Geschäftspartner, ich möchte Ihnen mitteilen, dass ich zum Ende des Jahres die Apotheke an meinen Nachfolger Dr. Steffen Gaßmann übergeben habe.

Ich danke Ihnen von Herzen für die Jahre der Treue und das entgegengebrachte Vertrauen in mich und mein Team. Ich werde aber weiterhin in der Apotheke tätig sein und freue mich Ihnen im neuen Jahr beratend zur Seite zu stehen.

Ihre Claudia Rückborn

Sehr geehrte Kunden, Patienten, Praxen und Geschäftspartner, ich freue mich, mich Ihnen als neuer Inhaber der Lilien-Apotheke vorstellen zu dürfen:

Mein Name ist **Dr. Steffen Gaßmann** geb. Vojacek, ich bin in der Region aufgewachsen und nach Studium und Promotion wieder in die Heimat zurückgekehrt. Mein Team und ich stehen Ihnen weiterhin für eine wohnortnahe Arzneimittelversorgung, Beratung und in allen Fragen rund um Ihre Gesundheit zur Verfügung.

Ich freue mich, Sie in der Lilien-Apotheke in Wusterhausen begrüßen zu dürfen.

Ihr Dr. Steffen Gaßmann, Lilien Apotheke
Am Markt 22, 16868 Wusterhausen, Tel:033979/13900

182 cm pure Männlichkeit, Andre, 34/182, Metallbaumeister, ein total süßer Typ mit Grips im Hirn, zärtlichen Händen, witzig und charmant, sucht liebes, nettes Energiebündel, das er zum Lachen bringen kann, der er vertrauen kann und die reif genug ist für die Liebe und einer gemeinsamen Zukunft. **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. KL 2826.

Zärtlichkeit, Liebe, einen Freund für Deine Kinder – suchst Du das? Junger Witwer Carsten, 52/182, mit 17-jähriger Tochter, die nun ihre eigenen Wege geht, mit modernem EFH, finanziell abgesichert, berufstätig, mag Ausflüge mit dem Auto, Spaziergänge, Gespräche mit Freunden, tanzen, Kino, Musik und bald Dich? Alter und Figur sind für mich nicht entscheidend, wichtig sind Vertrauen, Treue und Ehrlichkeit. **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. 730910.

Nie wieder die Feiertage alleine sein! Harald, 80 Jahre, ehemaliger Handwerksmeister, sucht liebe Kameradin für gemeinsame Unternehmungen. Bin verwitwet, unternehmungslustig, humorvoll und gesellig, sicherer Autofahrer, Kavalier der alten Schule. Lege Wert auf Ehrlichkeit, bin finanziell abgesichert und freue mich auf deinen Anruf. **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. G 4390.

Als Witwer, Mitte 50, weiß ich, was eine gute Partnerschaft wert ist. Deshalb blicke ich, Jens, in die Zukunft u. wünsche mir, wieder in die Augen einer glücklichen Frau zu schauen. Ich würde dafür sorgen, dass wir lieben, lachen und glücklich werden. Welche nette, ehrl. Frau ist so lieb u. ruft an! **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. K 4850.

Gerhard, 78/177, verwitwet, lachende Augen, sympathische Erscheinung sucht eine nette Frau für eine harmonische ehrliche Beziehung. Er ist Hobbykoch, Bastler, Gärtner, Tänzer, reist gern ist liebenswert und aufmerksam und möchte einer sympathischen Frau vertrauen, Freund und helfende Hand sein. Nur Mut! **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. KL 3491.

Dies ist mein zweiter und letzter Versuch! Ellen, 72 Jahre, Witwe, Pflegerin. Wie schön wäre es, gemeinsam die verbleibenden Jahre zu erleben, über vergangene Zeiten zu plaudern und sich gegenseitig über den Verlust eines lieben Menschen zu trösten. Bin finanziell abgesichert, eine besonders verschmuste, liebevolle, vitale Frau, mit attraktiver Figur, ohne Anhang, eine sehr sichere Autofahrerin mit eigenem Pkw. Ich sehne mich nach einem ehrlichen und liebevollen Herrn, Alter ist nicht entscheidend, den ich verwöhnen möchte. Sind Sie auch an einer Partnerschaft interessiert, mit Wärme, Zuneigung und gegenseitiger Achtung. **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. K 4288.

Tausche meine Einsamkeit gegen Romantik und Zärtlichkeit. Möchte Dich liebhaben und verwöhnen, bin sehr verschmust und weiß, was einem Mann gefällt. Sehnt Du Dich nach einer zärtl. Frau, dann melde Dich bitte. Bin Sylvia, 56 Jahre, hübsch, liebenswert, gepflegt, koche gern. **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. T 4931.

Abends allein vor dem Fernseher und immer nur für eine Person kochen, das Singleleben ist nicht für jeden Menschen stets ein Vergnügen. Bist auch Du auf der Suche nach dem Partner fürs Leben. Möchtest du gemeinsam mit mir weiterwachsen? Ich Bärbel, 42 Jahre wünsche mir einen Weggefährten, der liebevoll mit sich verbunden ist und gemeinsam eine lebensfrohe, sichere Verbindung gestalten möchte. Ich sehne mich nach einer Familie, mit der ich zusammenleben und wirken möchte. Sehnt du dich auch nach Zweisamkeit, Liebe und Verständnis, dann melde Dich bitte. **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. G 7711.

Er sucht Sie

Man lebt nur einmal in der Welt! Maik, 58/176, medizinischer Beruf, geschieden, möchte Neubeginn mit unternehmungslustiger, sympathischer Partnerin, Alter nicht entscheidend. Es ist alles vorhanden nur du fehlst? Trau Dich! **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; KL 3208.

An einen älteren Herrn! Irena, 60 Jahre, Witwe, das kann es doch nicht gewesen sein, das ganze Leben schwer gearbeitet, habe nie an mich gedacht und war immer für andere da. Meinen Mann habe ich bis zum Schluss gepflegt und nun sitze ich allein in meinen für Wänden, grüble den ganzen Tag, bin völlig verzweifelt und habe an nichts mehr Freude. Vielleicht geht es Ihnen auch so? Es ist schwer, aber zu zweit schaffen wir es bestimmt, den Verlust des geliebten Partners zu überwinden. Sollten Sie einen Garten haben, würde ich auch da liebend gern mithelfen, denn früher hatte ich selbst einen, mit vielen Blumen, einem kleinen Gewächshaus und Obstbäumen. Ich bin kein Omatyp, mit mir können Sie sich auch noch sehen lassen, fahre seit vielen Jahren Auto, bin keine Reisetante und umzugsbereit. Wenn Sie denken, ich würde zu Ihnen passen? **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. KL 2666.

Peggy, 58/165/59, Krankenschwester, natürlich, hübsch, schlank, ehrlich, liebevoll, bodenständig, nicht ortsgebunden. „Brauche weder Weltreisen noch Party, mag das einfache Schöne im Leben und suche deshalb einen gleichgesinnten Mann bis 68 Jahre - naturverbunden, tierlieb, vertrauenswürdig – wie ich.“ **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. KL 3527.

Veronika, 75/162, Ärztin und eine attraktive, rüstige Witwe und gute Hausfrau, sucht lieben Mann bis 85 Jahre, für eine Partnerschaft. Sie fährt gern mit ihrem Auto und ist nicht ortsgebunden. **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. 92207.

Ich bin Martina, eine einsame Witwe, 66 Jahre, eine gutausschende, etwas vollbusige, liebenswerte, herzliche Frau, mit schöner Figur, eine super Hausfrau, prima Kamerad, finanziell versorgt, trotz EFH nicht ortsgebunden, mit Auto und leider am Verzweifeln, denn ich habe diese Anzeige schon einmal aufgegeben und niemand hat sich gemeldet. Wenn es doch noch einen netten Mann gibt, den ich liebevoll umsorgen darf, melde Dich! **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. KL 3997.

René, 47/185, geschieden, sportlich, interessanter, junger Mann, sympathisch, nett, mag schwimmen, wandern, reisen, ist kinderlieb, liebt Musik, Fahrradtouren, ist für alles offen und kann auch zuhören. Er möchte wieder gemeinsam mit einer sympathischen Partnerin durchs Leben gehen. Kennenlernen über **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. KL 2842.

Neujahrswunsch! Ich bin Andree, 37 Jahre, habe als Software-spezialist einen interessanten und super bezahlten Job. Da ich bei meiner Arbeit täglich sehe, wie unendlich viele im Netz unterwegs sind, hoffe ich über diese Anzeige eine ehrliche, nette Partnerin kennen zu lernen. Ich sehe gut auch, treibe als Ausgleich Sport, mag Kultur, Sonne, Meer und wünsche mir eine eigene Familie und Kinder. Ich bin gefühlvoll, gerecht, solide und seid mein Freund Papa ist, bin ich richtig neidisch auf so viel Glück. Also melde Dich! **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. KL 3059.

Nils, Ende 40, KFZ- Meister von Beruf, mit sportlicher Figur, dunkelblondem Haar und braunen Augen. Ich bin herzlich, fröhlich, naturverbunden und kinderlieb. Nach meiner Scheidung habe ich leider das Glück noch nicht gefunden und warte auf Deinen baldigen Anruf. Nur Mut! **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. KL 3861.

Ich heiße Roland, bin Ende 50, geschieden, mit großem Haus und Grundstück, mag Ausflüge an die Ostsee, Natur, Kochen, spazieren gehen, habe ein gesichertes Einkommen und bin verlässlich. Ich suche eine liebe, einfache Frau, mit passenden Interessen, weil alles zu zweit mehr Spaß macht. Bitte rufen Sie an! **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. G 9431.

Online findet man viele Kontakte, aber keine, die es ernst meint, ich suche eine echte Partnerschaft. Maik, 45/183, attraktiv, erfolgreich, sportlich, natur- u. kulturinteressiert, weiß, was er will - die Richtige an seiner Seite, lebhafte, natürlich und treu. **Ag. Kleeblatt Wittstock, Tel. (033965) 679800**; Nr. KL 3121.

Liebe unbekannte Frau! Ob ich Sie bitten darf, sich einmal mit mir zu treffen? Ich heiße Andreas, bin verw., Anf. 60 und arbeite als Polizeibeamter in leitender Stellung, bin gepflegt, anständig und ehrlich, liebe Musik, Spaziergänge, reise und tanze gern und suche keine Versorgung, sondern eine nette Frau, die Verständnis für meine Arbeit hat. Ich hatte schon einmal eine Anzeige aufgegeben, auf die hat sich leider niemand gemeldet. Wer braucht mich? Eigener Pkw ist vorhanden. **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. 724509.

Viele Jahre habe ich mich auf m. Pensionierung gefreut, nun bin ich M. 60, seit kurzer Zeit Witwer u. alles ist umsonst. Bin Mes-diziner, 185 cm und humorvoll. Bei meinen Spazierfahrten und Reisen bin ich doch immer allein und einsam. Welche Frau möchte einen guten Kameraden, der mit ihr Freud u. Leid teilen kann? **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. KL 2699.

Klaus, 69/187, verw., Dipl. Jurist, NR, verträglich, aktiv und großzügig, sucht nach großer Einsamkeit eine liebevolle Frau für einen wundervollen Neuanfang. „Sehr vermisse ich das Gefühl für eine Frau da sein zu dürfen, alles gemeinsam zu unternehmen, über alles reden zu können, gemeinsam verreisen, sich liebhaben. Auto u. finanz. ist alles vorhanden, auch für zwei.“ **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. FA 3960.

Marco, 54/180, gutauss., volle dunkle Haare, NR, guter langjähriger fester Arbeitsplatz, finanziell abgesichert, seit einigen Jahren gesch., recht guter Tänzer, wandert gerne, ist musikalisch, guter Zuhörer, Hobbygärtner, lacht gerne, liebt die Natur, sucht die Frau zum Leben und Lieben. Marco sucht eine spontane, liebenswerte, ehrliche Partnerin. Freunde haben versucht ihn zu verku-p-peln, aber das hat alles nicht funktioniert. Er hat gemerkt, dass es in seinem Alter sehr schwer ist eine Frau fürs Leben zu finden. Nach langem Überlegen habe ich mich entschlossen, auf diese Art eine Frau kennenzulernen. **Ag. Kleeblatt Perleberg, Tel. (03876) 6082780**; Nr. G 9220.

Meine News.

Mein E-Paper mit Tablet.

Meine gemeinsame Lesezeit.

* Als zweites Tablet erhalten Sie das Galaxy Tab A8 gegen eine Einmalzahlung von 1 €.

Geschenkt: zweites Tablet* oder 100 €

Jetzt online abschließen:
abo.MAZ-online.de/jetzt sichern
telefonisch unter 0331 028 40 377

Märkische Allgemeine

Wissen, was das Land Brandenburg und die Welt bewegt.

Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland

„Ich reformiere die Kirche“

Anna Trapp ist Pfarrerin im Pfarrsprengel Bad Wilsnack

BAD WILSNACK. Im Kreis Paderborn in Ostwestfalen-Lippe wuchs sie in einem sehr katholisch geprägten Umfeld auf. „Schon als Kind habe ich Kirche gespielt“, erinnert sich die Wilsnacker Pastorin Anna Trapp. In der katholischen Kirche sah sie allerdings keine Zukunft, denn dort gibt es keine Pfarrfrauen. Also begann sie nach dem Abitur an der Freien Universität Berlin Geschichte zu studieren.

„Dazu musste man ein zweites Fach wählen. Ich entschied mich für Religionswissenschaften. Zwei Semester habe ich an der FU studiert. Während des Studium stellte ich fest, dass Geschichte nicht so war, wie ich es mir vorgestellt hatte“, erzählt sie. In Berlin traf sie auf Kommilitoninnen ihres Alters, die sehr von den Lehren der Gurus in Indien schwärmten – und sie fragte sich, warum sie hier keinen Anschluss fanden. „Es liegt an der verstaubten Kirche“, war ihre Erklärung.

Der Glaube gab ihr innere Kraft in der Jugend und als sie im Alter von 14 Jahren ihr Coming-out hatte. „Der Glaube an Gott trug mein Leben, gab mir Sicherheit. Ich reformiere die Kirche“, beschloss Anna Trapp damals. Also packte sie ihre Sachen, ging zu ihrem Professor und berichtete von ihrem Entschluss, Theologie zu studieren. Der riet ihr, nicht weiter an der FU zu studieren.

„Es braucht drei Fremdsprachen, um Theologie studieren zu können. Latein hatte ich schon. Im Feriensprachkurs begann ich dann erstmal mit Hebräisch an der KiHo in Bielefeld-Bethel. Die KiHo gibt es heute nicht mehr.“

Im Anschluss folgte das Theologiestudium an der Humboldt-

Anna Trapp ist die Pfarrerin im Pfarrsprengel Bad Wilsnack. Auch beim jährlich stattfindenden Pilgerfest in Bad Wilsnack engagiert sich Anna Trapp (r.) unter anderem bei der Aufführung des Theaterstücks.
Fotos: Jens Wegner



Die Gemeinde pflegte hier schon ohne mich eine offene Willkommenskultur, in der ich mit meiner Art gut andocken konnte.

Anna Trapp
Pfarrerin

Universität Berlin. „Ich studierte viele, viele Semester. Das war von 2005 bis 2013“, erinnert Anna

Trapp sich. 2013 begann ihr Vikariat. Das dauerte 27 Monate, davon sechs Monate in der Schule als Religionslehrerin. Den Gemeindedienst leistete sie in der Kaiser-Wilhelm-Gedächtniskirche in Berlin Charlottenburg.

„Am 31. Dezember 2015 hatte ich meinen letzten Gottesdienst. Mit dem letzten Glockenschlag am Silvesterabend um 24 Uhr endete mein Vikariat.“ Nun hatte sie zwei theologische Examen in der Tasche.

Im Jahr 2016 wurde sie im Entsendungsdienst nach Bad Wils-

nack geschickt. „Natürlich hat man im Entsendungsdienst auch selbst ein Wörtchen mitzureden, wo man hingeschickt wird. Meine Prämisse war es, möglichst dicht an die Grenze zur mittel-deutschen Kirche zu kommen, um die Entfernung zwischen meiner Partnerin und mir zu verkürzen. Friederike bewarb sich damals nämlich als Pfarrerin in Jerichow“, berichtet sie. Vorher hatten sie, bedingt durch ihre Arbeitsstellen, eine Entfernung von 400 Kilometern zu überwinden, was sich natürlich nicht einfach gestaltete. 2014 hatten sich die beiden im Predigerseminar in Lutherstadt Wittenberg kennengelernt.

Also kam Anna Trapp im Jahr 2016 nach Bad Wilsnack, um den hiesigen Pfarrer Daniel Feldmann

zu entlasten. Nachdem Daniel Feldmann nach Kyritz ging, wurde sie als Pfarrerin gewählt. „In die Wunderblutkirche zu kommen war ein Geschenk obendrauf. Ich wurde hier sehr herzlich empfangen“, freut sie sich. „Ich dachte, ich mache hier was und die Leute kommen in Strömen. Dem war aber nicht so. Ich habe festgestellt, dass man auch Menschen braucht, die das Interesse dazu haben. Mit denen, die Interesse haben, erlebt man dann aber besondere Momente.“

Die Pfarrerin fuhr durch den Kirchenkreis, traf Leute und sah, wie die ihr Leben gestalten. Dabei erlebte sie ganz wunderbare und intensive Begegnungen. „Die Gemeinde pflegte hier schon ohne mich eine offene Willkommenskultur, in der ich mit meiner Art gut andocken konnte.“

Zu ihren neueren Projekten zählen seit etwa einem Jahr die jungen Pfadfinder. „Im Gemeindegarten und in der Natur erleben wir spielerisch Abenteuer. Es ist eine intensive und etwas andere Art von Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen. In der jüngeren Gruppe sind Kinder im Alter ab sechs Jahren dabei, die etwas ältere Gruppe ist für Kinder ab neun Jahren gedacht.“

„Wir hatten in den vergangenen Jahren viel Arbeit mit unserem Großprojekt Kirchensanierung. Ich selbst bin eher Unterstützerin als eine, die Projekte anstößt“, meint sie. „Die Glocke kommt zurück“ beispielsweise ist ein Projekt, das Christian Richter mit dem Förderverein der Wunderblutkirche angestoßen habe.

Dann gibt es in Kletzke die Gruppe „Wein und Gespräch“, die Andrea van Bezouwen aus dem Boden stampfte und durchführt. „Die Leute treffen sich, sitzen auf den Pfarrhaustreppen und sprechen über verschiedene Themen. Sie haben auch schon Pizza zusammen gebacken und Wandertouren unternommen. Es sind überwiegend Leute der mittleren Altersgruppe, die man sonst weniger in der Kirche findet“, beschreibt die Pfarrerin.

Im April 2024 gab es mit „Sanctum“ eine Rave-Party in der Wunderblutkirche. Mit Techno, Rave und House waren für ein Gotteshaus ungewöhnliche Klänge zu hören. „Die Grundfrage war, wie wir

unser Konzertangebot erweitern können. Ilka Soltmann vom Förderverein kam die Idee, Roy Hartung zu fragen und es als ein Konzert im Jahr einzuplanen“, berichtet sie. Roy Hartung sei bekannt als professioneller Veranstalter und die Veranstaltung in der Kirche sei absolut professionell abgelaufen, lobt sie. „Wir haben den Kirchenraum geöffnet. Die Gäste haben Erfahrungen in dieser besonderen Atmosphäre gemacht. Der Raum macht etwas mit einem. Sie konnten es nur nicht gleich beschreiben. Ihre Erfahrungen nehmen sie mit“, blickt Anna Trapp auf die Veranstaltung zurück. So bietet die Kirchengemeinde den Platz, auch einmal verrückte Sachen auszuprobieren.

Über das kostenfreie WLAN-Netz „Godspot“ in der Kirche sagt sie nur: „Ach, das ist doch nichts besonderes. Die anderen Kirchen wollten es eben nicht und wir haben Ja dazu gesagt.“

„Die Kirche ist aber nicht offen für alle Sachen. Sie hat eine Haltung und die ist auch sehr entschieden“, betont die Pfarrerin angesichts des politischen Rechts-rucks in Teilen der Gesellschaft. Etlichen Leuten sei das Gefühl für Dankbarkeit abhanden gekommen. Missgunst sei immer öfter zu spüren. „Es gibt Leute, die anderen die Butter auf dem Brot nicht gönnen, wenn sie es sich nicht hart erarbeitet haben“, beklagt sie. Ihre Sorge darüber ist deutlich zu spüren. „Wer sich allerdings einbringen, etwas bewegen und für seine Mitmenschen tun möchte, bekommt auch die Möglichkeiten dazu.“

Während der Corona-Krise musste kein Gottesdienst ausfallen. Die Wunderblutkirche bietet genug Platz, um den gebotenen Abstand zu halten. Seit Corona werden Gottesdienste auch online übertragen. „Wer zu Hause blieb, konnte sich zuschalten. Damit erreichen wir heute auch Menschen außerhalb der Prignitz. Manchmal ist es nicht verkehrt, wenn man gezwungen ist, Dinge anders angehen zu lassen. Eine der Treuesten kommt aus Finnland“, freut sie sich, und zeigt sich dankbar, die Corona-Zeit so gut überstanden zu haben.

2019 heirateten Friederike und sie. Ihre Frau arbeitet als Krankenhausesoordinatorin in der Prignitz. Der gemeinsame Sohn ist fast zwei Jahre alt. „Jonathan ist unser großes Glück. Gott hat ihn uns geschenkt“, freut sich die 38-Jährige und strahlt. Jens Wegner



Vogelfütterung im Winter

Bei Frost und Schnee sollten Tierfreunde Futterplätze für heimische Vögel einrichten

BRANDENBURG. Der Deutsche Tierschutzbund empfiehlt, heimische Singvögel im Winter zu füttern. „Sobald die Temperaturen unter den Gefrierpunkt fallen und Schnee liegt, haben unsere heimischen Vögel es schwer, geeignete Nahrung zu finden“, erklärt James Brückner, Leiter des

Wildtierreferats beim Deutschen Tierschutzbund. Spätestens dann sollten Tierfreunde Futterstellen einrichten. Brückner: „Körnerfresser wie Finken oder Spatzen freuen sich über Sonnenblumenkerne, eingefettete Haferflocken und unbehandelte Erdnüsse. Weichfutterfresser wie Rotkehl-

Foto: Adobe Stock/Tunatura

chen oder Zaunkönige nehmen gerne Fettfutter und getrocknete Insektenlarven an. Amseln und Drosseln freuen sich über getrocknete Beeren, Äpfel und Birnen.“

Damit unterschiedliche Vogelarten nicht um Nahrung konkurrieren, sind mehrere kleine Futterstellen sinnvoll, so der Deutsche Tierschutzbund. Körnerfresser und Weichfutterfresser können so getrennt voneinander fressen. Futterglocken oder Körnerspendereignen sich hierfür am besten, weil so die Vögel das Futter nicht verunreinigen können. Meisen-

knödel sollten ohne Netz angeboten werden, da die Vögel sich darin verfangen können. Obst wie Äpfel und Birnen sollte am besten im Ganzen ausliegen, da geschnittene Früchte schnell verderben. Flache Schalen mit Wasser nehmen Vögel auch bei kalten Temperaturen gerne an, um zu trinken und zu baden. Die Futterplätze liegen im Idealfall geschützt vor Witterung, Katzen und Greifvögeln, nicht in unmittelbarer Nähe von stark befahrenen Straßen sowie Glasscheiben.

Um Krankheitserregern keine Chance zu bieten, sollten Tierfreunde die Futterstellen regelmäßig reinigen. Es ist ausreichend, sie täglich auszufegen und einmal pro Woche mit heißem Wasser zu säubern. Zudem empfiehlt es sich, Futter regelmäßig und dafür sparsam auszubringen, damit die Tiere es vollständig innerhalb weniger Stunden aufnehmen können.

Die Fütterung allein löst allerdings nicht alle Probleme der heimischen Vogelwelt. Sterile Gärten, effiziente Erntemaschinen und der unter anderem durch Pestizide ausgelöste Insektenrückgang lassen natürliche Nahrungsquellen stetig schwinden. Der Deutsche Tierschutzbund rät Tierfreunden dazu, den eigenen Garten naturnah zu gestalten. Hier finden Vögel im Winter Stängel, Blütenreste und Fruchtstände mit Samen sowie Insekten, die in abgestorbenen Pflanzenteilen oder Reisigstapeln überwintern. WS



Jetzt registrieren und gewinnen!

Gewinne 2 x 2 Karten für den 10.01.2025 um 20 Uhr im Kultur- und Festspielhaus Wittenberge.

Märkische Allgemeine