



Lotte Lehmann Akademie ist „überregionales Aushängeschild“

Isabel Ostermann inszeniert die Gala – Sparkassenstiftung und Sparkasse Prignitz fördern

Markus Volke (2.v.r.) übergibt an Bürgermeister Axel Schmidt (r.) die Förderunterlagen für die 16. Lotte Lehmann Sommerakademie im Beisein von Angelo Raciti, Frank Nauruhn und Eva-Maria Brück-Neufeld (v.l.n.r.) an der Büste von Lotte Lehmann.
Foto: Rolandstadt Perleberg

ter Braunschweig, Isabel Ostermann, gewonnen werden. Ostermann, die an der Hochschule für Musik „Hanns Eisler“ Berlin Opernregie studiert hat, arbeitete bereits als Regieassistentin mit bekannten Regisseuren wie Harry Kupfer, Christoph Martaler, Christoph Schlingensiefel und Peter Konwitschny zusammen. Seit 2001 ist sie als Regisseurin tätig, seit der Spielzeit 2017/18 Operndirektorin am Staatstheater Braunschweig. Hierher kam sie von der Deutschen Staatsoper Berlin. In der zu Ende gehenden Spielzeit inszenierte Ostermann „Salome“ von Richard Strauss und die Uraufführung „Searching for Zenobia“ von Lucia Ronchetti. Jetzt kommt sie nach Perleberg und wird mit jungen Opernsängern die „FinaLotte“ szenisch gestalten.

Nach dem Auftritt im rumänischen Partnerkreis Iulia zum Nationalfeiertag am 1. Dezember 2021 ist die Lotte Lehmann Akademie in diesem Jahr auch als musikalischer Repräsentant des Landes Brandenburg beim Deutschen Frühling in Estand dabei. In der Kulturhauptstadt 2024 Tartu und in Tallinn werden Mirjam Miesterfeldt (Sopran), Vanda Kozub (Mezzosopran), Angelo Raciti (Tenor) und Scott Curry (Klavier) konzertieren. Für den Vorstandsvorsitzenden der Sparkasse Prignitz sind das alles Beispiele, warum es wichtig sei, die Lotte Lehmann Akademie zu unterstützen. Markus Volke bedankt sich bei Angelo Raciti und bei Bürgermeister Axel Schmidt für die vielfältigen Informationen. „Für mich ist dies ein Teil des Gebens und Nehmens“, so Volke.

PERLEBERG. Die 16. Auflage der Lotte Lehmann Akademie findet in diesem Jahr vom 29. Juli bis 18. August statt. Seit 2009 veranstaltet die Kultureinrichtung in der Geburtsstadt der berühmten, 1976 in Kalifornien

verstorbenen deutschamerikanischen Opernsängerin verschiedene Sommerkurse für Sängerinnen und Sänger. Mit ihren Sommerkonzerten quer durch die Prignitz kann die Akademie zudem regelmäßig viele hundert Besucher gewinnen.

Partner der Akademie sind seit Jahren die Ostdeutsche Sparkassenstiftung und die Sparkasse Prignitz. Der Vorstandsvorsitzende Markus Volke sowie Vorstand Frank Nauruhn kamen vor einigen Tagen nach Perleberg, um die diesjährige Förderung of

fiziell zu übergeben. Es war der erste öffentliche Auftritt des neuen Vorstandes der Sparkasse Prignitz. Zuvor informierten Perlebergs Bürgermeister Axel Schmidt (parteilos) und der künstlerische Leiter der Akademie, Angelo Raciti, die anwesen-

den Gäste über das Programm der Sommerakademie. In diesem Jahr konnte für die Gala, die am 17. August in der Sankt-Jacobi-Kirche zur Aufführung kommt, die Operndirektorin und stellvertretende Generalintendantin des Staatsthea-

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Nicht mehr so gelenkig?



So können Sie Knochen und Knorpel unterstützen!

Unsere Gelenke, die u. a. aus Knochen, Knorpel und Bindegewebe bestehen, sind täglich großen Belastungen ausgesetzt: Treppen steigen, Einkaufstüten tragen oder Bücken. Das macht ihnen mit den Jahren zu schaffen.

Die gute Nachricht: Es gibt einen einzigartigen Nährstoffdrink namens Rubaxx Komplex mit speziellen Mikro-Nährstoffen. So trägt z. B. Vitamin C zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Knorpelfunktion bei. Mangan trägt zur Erhaltung normaler Knochen und Kupfer zur Erhaltung von normalem Bindegewebe bei. Zudem enthält Rubaxx Komplex die wichtigen Inhaltsstoffe Kollagenhydrolysat, Glucosamin, Chondroitinsulfat und Hyaluronsäure.

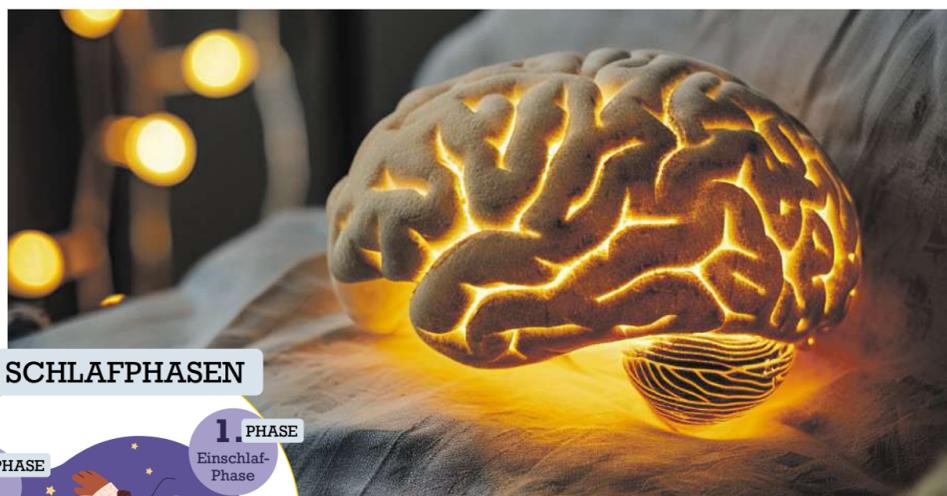
Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach Rubaxx Komplex (frei verkäuflich erhältlich)!



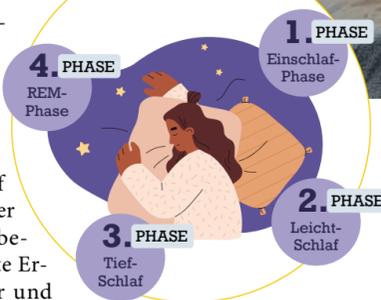
(Abbildung Betroffenen nachempfunden)

Wundermittel Schlaf: Effizienter, fokussierter, kreativer

Wie wichtig guter Schlaf für unseren Alltag ist



SCHLAFPHASEN



Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50 % der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70 % Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.

Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel

kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafpro-

bleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit fast 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück, und das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen¹. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholt in den Tag starten können.

Tipps für unsere Leser

Jetzt Baldriparan – Stark für die Nacht auf pureSGP.de bestellen & gratis Melatonin Einschlaf-Spray sichern.

¹Bei einer Bestellung von Baldriparan – Stark für die Nacht ab einer Packungsgröße von 60 Stück, nur solange der Vorrat reicht



pureSGP.de

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 92166 Grafelfing