

Weixdorfer Nachrichten



Partnergemeinde

Brühl, Rhein-Neckar-Kreis

18. Jahrgang

Freitag, den 10. Oktober 2008

Nummer 17

Aus dem Inhalt

Informationen des Ortsvorstehers/ der Verwaltungsstelle	Seite 2
Bibliothek	Seite 6
Unsere Kirchenecke	Seite 6
Vereine	Seite 7
Glückwünsche	Seite 11
Termine	Seite 11
Historisches	Seite 12

www.weixdorf.de



Lausa e.V. lädt ein:

1. Mühlteichfest

18.10.2008

Abfischen des Mühlteiches

- ab 10.00 Uhr - Musikalischer Frühschoppen
Im beheizten Zelt am
Auslauf des Teiches, mit dem
Männergesangsverein
und einer Überraschung
- Trödelmarkt
 - Verkauf von frischen
Fisch und Räucherfisch
 - Kleines Kinderprogramm
- ca. 15.00 Uhr - alte Geschichten in Film,
bei Kaffee und Kuchen
in der Teichperle
- ab 18.00 Uhr - Disco im beheizten Zelt mit DJ. Hoppel
- Auftritt des WKC
 - Dance Team Blau - Weiß
 - Für die Kleinen Lampionumzug

Für Speisen und Getränke über den ganzen Tag ist gesorgt!



Mit freundlicher Unterstützung durch: Firma Schröter Delikatessengroßhandel,
Köhlerhütte, FFW Weixdorf, Angelverein Rödertal e.V., u.v.m.

IMPRESSUM

Weixdorfer Nachrichten

Herausgeber: Ortschaft Weixdorf,
Landeshauptstadt Dresden
Verlag + Druck
Linus Wittich KG Herzberg

Verlag: Linus Wittich KG Herzberg

Verantwortlich für die Informationen des Ortschaftsrates: Ortsvorsteher Gottfried Ecke

Verantwortlich für die Informationen der Verwaltungsstelle: Lutz Biastoch

Verantwortlich für den übrigen Inhalt und Anzeigen: Geschäftsführer Marco Müller

Herstellung, Satz und Druck: Verlag + Druck Linus Wittich KG,
An den Steinenden 10,
04916 Herzberg, Tel.: 03535/489-0,
Fax: 03535/489-115,
Fax Redaktion 489-155;

Vertrieb: Haushaltswerbung Walter Dresden

Veröffentlichungen geben nicht in jedem Fall die Meinung des Herausgebers wieder.
Der Herausgeber behält sich vor, Einsendungen zu kürzen.
Es besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung.
Die Verteilung erfolgt kostenlos durch den Verlag an alle Haushalte.
Außerhalb des Verbreitungsgebietes kann das Informationsblatt über den Verlag bezogen werden.
Für Anzeigenveröffentlichungen und Fremdbeilagen gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen und unsere z.z. gültige Anzeigenpreisliste. Für nicht gelieferte Zeitungen infolge höherer Gewalt oder anderer Ereignisse kann nur der Ersatz des Betrages für ein Einzelexemplar gefordert werden. Weitergehende Ansprüche, insbesondere auf Schadenersatz, sind ausdrücklich ausgeschlossen.



Fragen zur Werbung?

Ihr Anzeigenfachberater
Gisbert Lemke berät Sie gern.

Telefon: 03 51/4 72 49 09
Telefax: 03 51/4 72 49 49
Funk: 01 72/3 51 14 28

E-Mail: lemkedresden@web.de



www.wittich.de

Unsere Anzeigenannahmestelle
Frau Schmitz, GV Weixdorf, Tel. 0351/8883611

Unsere Anzeigenberater
Herr Lemke, Tel.: 01 72/3 51 14 28
Büro Dresden Tel.: 03 51/4 72 49 09

Nächster Erscheinungstermin:
Freitag, der 24. Oktober 2008

Nächster Redaktionsschluss:
Donnerstag, der 16. Oktober 2008

Informationen des Ortsvorstehers/der Verwaltungsstelle

Ortschaftsratssitzung

Die nächste öffentliche Sitzung des Ortschaftsrates findet **am Montag, dem 13.10.2008, 19.00 Uhr** im Sitzungssaal des Rathauses Weixdorf statt.

Tagesordnung

Öffentlich:

1. Bekanntgabe der in der nichtöffentlichen Sitzung vom 22.09.2008 gefassten Beschlüsse
2. Bebauungsplan Nr. 278.1 Dresden-Weixdorf Nr. 9, Weixdorf Mitte
hier:
 1. Beschluss über Stellungnahmen aus dem beschleunigten Verfahren (§ 13a Abs. 2 Nr. 11 i. V. m. § 13 Abs. 2 BauGB)
 2. Satzungsbeschluss und Billigung der Begründung zur 1. Änderung des Bebauungsplanes Nr. 278
Zuständigkeit: Geschäftsbereich Stadtentwicklung
3. Informationen des Ortsvorstehers
4. Anfragen und Anregungen

gez. Gottfried Ecke
Ortsvorsteher

Aus dem Ortschaftsrat vom 22.09.2008

Der Stellvertretende Ortsvorsteher, Stadtrat und Ortschaftsrat Lothar Klein, stellt die Beschlussfähigkeit fest und eröffnet die Sitzung in Vertretung des Ortsvorstehers Gottfried Ecke, der im Urlaub weilte.

Er begrüßt die Gäste Herrn Schmidt von der Hauptabteilung Mobilität, Herrn Schmidtgen vom Schulverwaltungsamt und Herrn Schwartzmann vom Stadtplanungsamt.

Einwendungen zum Protokoll wurden keine vorgetragen.

Zu TOP 1 Bekanntgabe der in nichtöffentlicher Sitzung gefassten Beschlüsse

In der Sitzung am 21.08.2008 wurden keine nichtöffentlichen Beschlüsse gefasst.

Folgende Beschlüsse aus der Sitzung vom 23.06.2008 wurden bekannt gegeben.

Der Ortschaftsrat befürwortete die Wahl von Frau Karin Annette Fricke für den Friedensrichter.

Des Weiteren wurde entschieden, dass im Zusammenhang mit der Haushaltsplanung 2009/2010 die Forderung an das Umweltamt präzisiert wird.

Im letzten Tagesordnungspunkt der nichtöffentlichen Sitzung wurde über die Verfügungsmittel des Ortschaftsrates entschieden. Die Restmittel werden für die Befestigung von Gehwegen bereitgestellt.

Zu TOP 2 Information zum Planfeststellungsverfahren „Ausbau der BAB A 13 von der Anschlussstelle Radeburg bis Autobahndreieck Dresden-Nord“

Ortschaftsrat Lothar Klein erteilt Herrn Schmidt das Wort. Dieser stellt die Weixdorf betreffenden Sachverhalte zum Ausbau der A 13 vor.

Da der Ausbau der BAB A 13 die Ortschaft Weixdorf nur tangiert, wurde das Autobahnamt Sachsen als Auftraggeber nicht geladen.

Herr Schmidt informiert über die Verbreiterung der Fahrbahn der A 13 zwischen Radeburg und Marsdorf um ca. 3 m. Auf dieser Strecke wird der Ausbau des Standstreifens auf der östlichen Seite sein. Von Marsdorf bis zum Autobahnkreuz Dresden-Nord wird die Autobahn auf der westlichen Seite erweitert. Die Fahrbahn wird demnach aufgrund des Anbaues des beidseitigen Standstreifens von etwa 24 auf etwa 29 m verbreitert. Ausgleichsmaßnahmen und Grunderwerb sind hierzu notwendig. Der Neubau von Brücken und Unterführungen ist Bestandteil des Vorhabens. Die endgültige Herstellung des Brückenbauwerkes für die S 58 ist Bestandteil des späteren Planfeststellungsverfahrens für den Ausbau der S 58.

Es wird im Zuge der Baumaßnahmen keine großflächigen Umleitungen geben.

Einige Fragen von Ortschaftsräten und Bürgern schließen sich an.

Der Ortschaftsrat nimmt die Planungen zur Kenntnis.

Zu TOP 3 Schulkonzept für den Dresdner Norden

Ortschaftsrat Lothar Klein erteilt Herrn Schmidtgen, Amtsleiter des Schulverwaltungsamtes das Wort. Dieser stellt die derzeitige Situation an den Schulen im Dresdner Norden vor.

Im Schuljahr 2007/2008 werden in diesem Bereich 2.222 Schüler an kommunalen Schulen unterrichtet. (1.042 Grundschüler, 462 Mittelschüler und 718 Gymnasiasten). Im Ortsamtbereich Klotzsche sowie den Ortschaften Weixdorf und Langebrück existieren im Schuljahr 2007/2008 keine Förderschulen, keine berufsbildenden Schulen und keine Schulen der freien Trägerschaft.

Die vier Grundschulen im gemeinsamen Grundschulbezirk Klotzsche haben eine Kapazität von 8 Zügen. Die Einzelgrundschulbezirke Weixdorf und Langebrück haben eine Kapazität von jeweils 2 Zügen. Diese Kapazitäten entsprechen dem Bedarf an Grundschulplätzen im Ortsamtbereich und in den Ortschaften. Die 85. Grundschule steht derzeit unter Beobachtung.

An die zwei Mittelschulen in Klotzsche und Weixdorf gehen nach Beendigung der Grundschule nur 30 % der Schüler. Dies ist unter anderem durch die Änderung der Aufnahmebedingungen der Gymnasien zu erklären. Dadurch werden die Mittelschulen wahrscheinlich nur noch 3-zügig ausgelastet sein. Die 82. Mittelschule steht unter Beobachtung. Beide Mittelschulen müssen jeweils 40 Neuanmeldungen von Grundschulern zum Weiterbestand erhalten. In Weixdorf ist die Anzahl der Neuanmeldungen höher als in Klotzsche. Weiterhin ist eine Sanierung der Mittelschule geplant. Herr Schmidtgen rechnet mit einem Zuwendungsbescheid zur Sanierung der Mittelschule in Weixdorf im November 2008.

Das Gymnasium in Klotzsche ist bestandssicher. In dem Schuljahr 2007/2008 wurden fünf 5. Klassen gebildet. Dadurch ist dieses Gymnasium mit 70 % der Grundschulabgänger im Dresdner Norden kapazitativ ausgelastet.

Im Anschluss an den Vortrag schließen sich die Fragen des Ortschaftsrates an.

Ortschaftsrat Lothar Klein fragt Herrn Schmidtgen, warum die Außenstelle des Gymnasiums Klotzsche nicht erweitert werden kann. Herr Schmidtgen antwortet, die Erweiterung der Außenstelle ist aus Platzmangel nicht realisierbar, da die Außenstelle dann auch eine neue Sportanlage benötigt.

Ortschaftsrätin Dr. Ingelore Gaitzsch fragt nach Zuständigkeiten und vorhandenen Ganztagsangeboten, nach Zuständigkeiten der Evaluierung an den Schulen und ob mit der geplanten Sanierung der Mittelschule in Weixdorf auch die Erweiterung des Schulgebäudes gemeint sei.

Die vorhandenen Ganztagsangebote sind je nach Schule verschieden, antwortet Herr Schmidtgen. Über Ganztagsangebote entscheiden die Schulen in eigener Zuständigkeit. Bei Grundschulen gibt es aber auch räumliche Grenzen zur Realisierung von Ganztagsangeboten, wie etwa in der Grundschule Weixdorf.

Für die Qualitätssicherung an den Schulen ist das Sächsische Bildungsinstitut zuständig. Das Bildungsinstitut besichtigt aller 5 Jahre die Schulen, um die Qualität sicherzustellen.

Letztlich bestätigt Herr Schmidtgen, dass in der geplanten Sanierung auch die Erweiterung der Mittelschule enthalten sei.

Ortschaftsrat Dr. Holger Viergutz fragt, warum im Dresdner Norden prozentual mehr Schüler zum Gymnasium wechseln als im restlichen Dresden.

Dafür, dass im Dresdner Norden 10 % mehr Schüler auf das Gymnasium wechseln als im restlichen Dresden, gibt es keine eindeutigen Gründe. Es kann daran liegen, dass im Dresdner Norden die Anzahl der qualifizierten Arbeitsplätze höher ist und dadurch ein höheres Bildungsniveau von den Eltern auf die Kinder übertragen wird.

Zu TOP 4 Ergänzungssatzung Nr. 431, Dresden Lausa, Radeberger Weg hier:

- **Beschluss über Stellungnahme aus der öffentlichen Auslegung**
- **Beschluss über Stellungnahme aus dem einfachen Beteiligungsverfahren gemäß § 4a Absatz 3 S. 4 BauGB**
- **Satzungsbeschluss sowie Billigung der Begründung zur Ergänzungssatzung**

Ortschaftsrat Lothar Klein kann diesen Tagespunkt nicht selbst leiten, da er bei diesem Thema befangen ist. Er nimmt im Zuschauerbereich Platz. Daher leitet der zweite Stellvertreter des Ortsvorstehers, Ortschaftsrat Martin Kohn den Tagesordnungspunkt. Er erteilt Herrn Schwartzmann vom Stadtplanungsamt das Wort. Mit der Satzung werden die Flurstücke im Geltungsbereich dem örtlichen Zusammenhang zugeordnet, sodass bei der Prüfung der planungsrechtlichen Zulässigkeit von Vorhaben auf der Grundlage von § 34 BauGB zu entscheiden ist. Mit der Ergänzungssatzung werden keine weiteren Festsetzungen zu Art und Maß der baulichen Nutzung getroffen. Baulinien und Abstandsflächen sind im Satzungsexemplar nicht vorhanden. Die Ergänzungssatzung ordnet das Gebiet dem örtlichen Zusammenhang zu. Künftig ist in der Baugenehmigungspraxis nicht mehr die Berücksichtigung der öffentlichen Belange gemäß § 35 Abs. 3 BauGB, sondern die Frage des Einfügens in den örtlichen Zusammenhang zu prüfen. Bezugsrahmen bilden hier die tatsächlichen vorhandenen Nutzungen im Bereich des Radeberger Weges, sofern diese eine gewisse Regelmäßigkeit besitzen und demzufolge prägend sind.

Das Vorhaben stellt einen Eingriff i. S. des § 8 SächsNatSchG dar. Dieser Eingriff ist in Anwendung der naturschutzrechtlichen Eingriffsregelungen nach § 1a Abs. 3 BauGB ausgeglichen, wenn je Wohnhaus ein finanzieller Beitrag geleistet wird. Dieser Beitrag dient der Entsiegelung und Aufforstung an anderer Stelle. Vorgehen ist hierfür das Flurstück 17b, Hellerberge (Klotzscher Weg). Der Ortschaftsrat stimmt dem Beschlussvorschlag für den Stadtrat zu.

Zu TOP 5 Vollzug des Sächsischen Ladenöffnungsgesetz hier: Vorschlag für 2009

Die Ortschaften wurden mit Schreiben des Ordnungsamtes aufgefordert, in der Angelegenheit Beratungen mit der Händlerschaft der Ortschaft durchzuführen und den Bedarf mit Beschluss des Ortschaftsrates zu bestätigen.

Aufgrund des Normenkontrollurteils des Sächsischen Obergerichtes wird die städtische Verordnung hierzu wie bereits 2008 nur 4 stadteinheitliche und keine ortschafts-/ortsamtsspezifischen verkaufsoffene Sonntage enthalten.

Es ist daher nicht sinnvoll, dass in 19 örtlichen Gremien (Ortsämter und Ortschaften) Vorabstimmungen geführt und Beschlüsse gefasst werden, die letztlich so nicht umgesetzt werden können.

Deshalb schlägt der Ortschaftsrat vor, auf einer Beschlussvorlage mit Beschlussempfehlung zu bestehen, in der die Anträge aus der Händlerschaft, dem Handelsverband, City-Management und anderer zusammengefasst dargestellt sind.

Dem Beschluss wurde einstimmig zugestimmt.

Zu TOP 6 Information des Ortsvorstehers

Der Stellvertretende Ortsvorsteher Lothar Klein informiert, dass

1. der Bauhof in Weixdorf seit 01.09.2008 Herrn André Hering als neuen Mitarbeiter beschäftigt.
2. die Haltestelle Fuchsberg ab dem 13. Oktober bis 3. November behindertengerecht ausgebaut wird und es dadurch immer wieder kurzzeitig zu Behinderungen des Verkehrs kommt.

Zu TOP 7 Anfragen und Anregungen

Ortschaftsrat Dr. Holger Viergutz fragt nach dem Planungsstand zum Spielplatz an der Bergsiedlung. Anwohner konnten Vermessungsarbeiten feststellen. Der Verwaltungsstelle liegen keine Informationen vor. Das Amt für Stadtgrün und Abfallwirtschaft wird um Mitteilung des Sachstandes gebeten.

Ortschaftsrätin Gr. Ingelore Gaitzsch fragt nach der Veröffentlichung zu den Freilaufgebieten in der Dresdner Heide. Die Verwaltungsstelle hat den aktuellen Sachstand beim Umweltamt erfragt. Demnach sind die Freilaufgebiete nach breiter Diskussion festgelegt und werden 2008 beschildert. Das Amt wird eine Veröffentlichung im Amtsblatt der Landeshauptstadt Dresden vornehmen. Abschließend gibt ein Bürger einen Hinweis.

Ein nichtöffentlicher Teil schloss sich an.

Neuer Mitarbeiter für den Bauhof Weixdorf

Wir freuen uns ab dem 1. September 2008 einen neuen Mitarbeiter im Bauhof Weixdorf begrüßen zu können. Die Stelle wurde innerhalb der Stadtverwaltung Dresden und extern ausgeschrieben. Unter den vielen Bewerbern konnte sich Herr André Hering durchsetzen. Herr Hering wurde 1967 geboren und wohnt in Weixdorf. Während seiner beruflichen Tätigkeit arbeitete Herr Hering vorwiegend als Maurer und Tiefbauer.



Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit und wünschen Herrn Hering viel Erfolg im Bauhof Weixdorf.

Biastoch

Verwaltungsstellenleiter

Behindertengerechter Ausbau der Haltestelle „Fuchsberg“

Die Haltestelle „Fuchsberg“ wird vom 9. Oktober bis 18. November 2008 behindertengerecht ausgebaut. Auftragnehmer im Auftrag der Dresdner Verkehrsbetriebe AG ist die Firma „Eurovia VBU“.

Der Baubereich umfasst den Gleisbereich neben der Königsbrücker Landstraße zwischen dem Nixenweg und An den Kiefern. Die Ausbaulänge beträgt ca. 165 m. Die Haltestellenanlagen werden behindertengerecht umgebaut. Beide Gleisübergänge erhalten zur Sicherung eine Springlichtanlage.

In stadtwärtiger Richtung werden überdachte Radabstellplätze errichtet und der Fahrgastunterstand ersetzt. In landwärtiger Richtung wird die Schienenersatzverkehrshaltestelle ausgebaut.

Für die im hinteren Teilbereich der Fuchsbergstraße zu fällende Gehölzgruppe werden Ersatzpflanzungen entlang der Königsbrücker Landstraße vorgenommen.

Die Gesamtbaumaßnahme wird unter anderem Erdarbeiten, den Einbau von Haltestellenentwässerung, die Erneuerung der Weichen und der Haltestellenbeleuchtung beinhalten.

Des Weiteren werden Markierungs- und Beschilderungsarbeiten, die Wiederherstellung des Fahrbahn-, Haltestellen- und Gehwegbereiches und Landschaftsbauarbeiten vorgenommen.

Bis auf kurzzeitige Sperrungen erfolgt der Ausbau überwiegend unter laufendem Straßenbahnverkehr. Es werden hierzu 2 provisorische Haltestellen nördlich des Bauabschnittes errichtet. Im Zeitraum vom 30. Oktober 2008 (20.00 Uhr) bis 3. November 2008 (3.30 Uhr) erfolgt eine Vollsperrung der Straßenbahn zur Erneuerung des eingleisigen Abschnittes und der Weichen.

Auf der Königsbrücker Landstraße wird es punktuelle Einschränkungen während der Baumaßnahme geben. Die Fuchsbergstraße wird bis zum Wendehammer im Zeitraum 13. Oktober bis 3. November voll gesperrt sein. Anliegerzufahrten sind jedoch gewährleistet. Für spezielle Bauphasen wird auch das Unterbinden von Anliegerzufahrten unumgänglich sein. Dazu erfolgt eine entsprechende Vorinformation der Anlieger durch den Bauausführenden.

Biastoch

Verwaltungsstellenleiter

Ruhezeiten

Oft erhalten wir Anfragen zu den **Ruhezeiten, die in der Polizeiverordnung der Landeshauptstadt Dresden vom 18.01.2006 -§§ 3 - 6 Schutz gegen Lärmbelästigung - festgelegt sind.**

Deshalb möchten wir an dieser Stelle nochmals als Information für alle Bürger die Zeiten bekannt geben.

In der Polizeiverordnung der Landeshauptstadt Dresden ist in den §§ 3 - 6 dazu Folgendes geregelt:

1. **Schutz der persönlichen Ruhe**
Sonntag - Donnerstag 22.00 - 6.00 Uhr
Freitag u. Sonnabend 24.00 - 8.00 Uhr zusätzlich
Sonnabend 13.00 - 15.00 Uhr
2. **Private Haus- und Gartenarbeiten**, welche die Ruhe anderer stören, dürfen **in der Zeit von 20.00 Uhr bis 6.00 Uhr** nicht durchgeführt werden.
 Dazu gehören: Rasen mähen, Häckseln von Gartenabfällen, Hämmern, Sägen usw.
3. **Akustische Geräte und Musikinstrumente** dürfen nur so benutzt werden, dass andere nicht erheblich belästigt werden. Darauf gilt besonders zu achten, wenn die Geräte bei offenen Fenstern, Türen, auf Balkonen oder im Freien betrieben oder gespielt werden.
4. **Die Benutzung von Wertstoffcontainern ist nur Montag bis Freitag von 7.00 bis 19.00 Uhr Sonnabend von 7.00 bis 13.00 Uhr** gestattet.

Die Bestimmungen des Gesetzes über Sonn- und Feiertage im Freistaat Sachsen bleiben aber unberührt. D. h. an Sonn- und Feiertagen dürfen nur solche Arbeiten durchgeführt werden, die die Ruhe des Tages **nicht beeinträchtigen**. Das Gesetz lässt aber auch Ausnahmen zu, wie Abwendung eines Schadens an Gesundheit oder Eigentum oder Verarbeitung leicht verderblicher Nahrungsmittel.

Sie sehen, dass es festgelegte Zeiten für bestimmte Arbeiten und Handlungen gibt. Bei Einhaltung dieser Zeiten, etwas gegenseitiger Rücksichtnahme und auch etwas Verständnis den Mitmenschen gegenüber, dürfte das Problem „Lärmbelästigungen“ gar nicht auftreten.

Habla

Sachgebiet

Ordnung und Sicherheit

Sprechzeiten der Verwaltungsstelle Weixdorf

Weixdorfer Rathausplatz 2, 01108 Dresden

Montag	geschlossen
Dienstag	8.00 - 12.00 Uhr
und	14.00 - 18.00 Uhr
Mittwoch	geschlossen
Donnerstag	8.00 - 12.00 Uhr
und	14.00 - 18.00 Uhr
Freitag	8.00 - 12.00 Uhr

Hinweis:

Für Beratungen in Bauangelegenheiten und Ordnung und Sicherheit ist eine terminliche Vorabstimmung unter o. g. Rufnummern zu empfehlen.

Sprechzeiten des Ortsvorstehers

Donnerstag 16.00 - 18.00 Uhr
(Vor Anmeldung über die Verwaltungsstelle erforderlich)

Rufnummern

Die Verwaltungsstelle Weixdorf der Landeshauptstadt Dresden und der Ortschaftsrat Weixdorf sind unter folgenden Rufnummern zu erreichen: Tel.: (03 51) 8 88 36 11, Fax: (03 51) 8 88 36 13, E-Mail: ortschaft-weixdorf@dresden.de

Direkteinwahl:

Verwaltungsstellenleiter/ Bauangelegenheiten E-Mail: LBiastoch@dresden.de	Herr Biastoch	8 88 36 14
SB Allg. Ortschafts- angelegenheiten E-Mail: BSchmitz@dresden.de	Frau Schmitz	8 88 36 11
SB Ordnung und Sicherheit E-Mail: JHabra@dresden.de	Frau Habla	8 88 36 16
SB Wohnen und Soziales E-Mail: KWesolek@dresden.de	Frau Wesolek	8 88 36 17
SB Meldewesen E-Mail: KWolf1@dresden.de	Frau Wolf	8 88 36 18
Leiter Bauhof E-Mail: HSchoebe@dresden.de	Herr Schöbe	8 88 36 15
Bauhof		8 90 46 03

Schiedsstelle Klotzsche (mit Weixdorf, Langebrück und Schönborn)

Friedensrichter: Herr Hager (in Vertretung)

Sprechzeit:

jeden 2. Donnerstag im Monat, 17.00 - 18.00 Uhr

Sitz der Schiedsstelle

Rathaus Klotzsche, Kieler Straße 52, 01109 Dresden

Ansprechpartner:

Ortsamt Klotzsche, Frau Marlies Meinert, Telefon: 4 88 65 12

- Hahmann -

Wichtige Notrufe

Polizei

- Notruf	110
- Polizeirevier Klotzsche Karl-Marx-Str. 3	Tel.: 79 58 30 Fax: 79 58 31 06 79 58 32 41
Bürgerpolizist	112
Feuerwehr	112
Rettungsleitstelle	112

Energie

Störstelle der ENSO (24-h-Dienst) 01 80/2 78 79 02

Gasstörungen

während der Dienstzeit (0 35 28) 4 38 50
nach Dienstschluss (08 00) 7 87 90 00

Störungen an der „Öffentlichen Beleuchtung“

Landeshauptstadt Dresden,
Abt. Stadtbeleuchtung (03 51) 4 88 85 95

Trinkwasserversorgung

Störstelle der DREWAG 4 71 97 00

Abwasser

Störstelle
werktags 6.30 - 15.15 Uhr 8 22 11 01
nach Dienstschluss 4 71 97 00

Bibliothek



Bibliothek

**Städtische Bibliotheken
Dresden**

Bibliothek Weixdorf

Hohenbusch, Markt 1, Tel. 8 80 78 18

Öffnungszeiten:

Montag	9.00 - 12.00 Uhr	
Dienstag		14.00 - 18.00 Uhr
Mittwoch	9.00 - 12.00 Uhr	und 15.00 - 18.00 Uhr
Freitag		14.00 - 18.00 Uhr

Verlängern, Bestellen, Vormerken auch über <http://www.bibo-dresden.de>

Grundschule Weixdorf

Sie sind herzlich eingeladen zum

Herbsttrödelmarkt mit Café & Kinderbasteln



in die
Grundschule Weixdorf
Am Zollhaus 1, 01108 Dresden
am Samstag, 11. Oktober 2008
von 15.00 bis 17.00 Uhr



(Aufbau ab 14 Uhr, 2 Euro Standgebühr je Schülertisch, 1 Kuchen)
Angeboten werden: u. a.

Spielsachen, Kinderbekleidung, Bekleidung für größere Kinder
Bücher, CDs u. v. m.

Standreservierung Frau Härtel, Tel. (03 51) 8 90 14 90 ab 20 Uhr
Fax 03 51/8 90 27 02

Mail: manja.haertel@freenet.de

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Mittelschule Weixdorf

Sportfest der Mittelschule Weixdorf

Sport frei!! zum Ersten ... hieß es am Dienstag, 23.09.2008 um 8 Uhr zu unserem diesjährigen Sportfest.

Der Wettkampf um die besten Zeiten, Weiten und die meisten Punkte konnte beginnen.

Nach den notwendigen Erwärmungsübungen kämpften die Klassenstufen 8 bis 10 in den Einzeldisziplinen Lauf, Kugelstoßen und Weitsprung um die besten Resultate. Auch bei den Mannschaftswettkämpfen Staffellauf, Fußball und Zweifelderball wurden die Besten ermittelt.

Mit der Siegerehrung der besten Leistungen und der Übergabe des **Fair-Play-Pokales** an die **Klasse 8a** wurde der erste Teil des Sportfestes beendet.

Sport frei!! zum Zweiten ... hieß es dann um 12:30 Uhr für die Klassenstufen 5, 6 und 7 und damit das Wettfeiern um die besten Ergebnisse. Die meisten Schülerinnen und Schüfer mobilisierten ihre Reserven, um besser zu sein als die Anderen. Auch in dieser Gruppe verhielten sich alle Klassen sehr fair gegenüber ihren Mitstreitern. Die Siegerehrung der Besten in dieser Gruppe beendete dann das Sportfest. Den **Fair-Play-Pokal** erhielt in diesem Jahr die **Klasse 6b**.

Im Dreikampf wurden von einigen Schülern auch sehr gute Leistungen erzielt. 200 und mehr Punkte erreichten:

Klasse 5	Madeleine Hentrich	202 Punkte
	Robert Springer	235 Punkte
Klasse 6	Julia Bsfuka	204 Punkte
Klasse 7	Patricia Ritter	218 Punkte
Klasse 8	Monique Zart	265 Punkte

Sie erzielte in allen Einzeldisziplinen die besten Ergebnisse ihrer Altersklasse.

Klasse 9	Mario Trepte	249 Punkte
	Max Kramer	275 Punkte

Er erzielte in allen Einzeldisziplinen die besten Ergebnisse seiner Altersklasse.



Trotz des nicht gerade idealen Wetters war das Sportfest wieder ein Höhepunkt des Schuljahres. Wir möchten uns an dieser Stelle auch ganz herzlich bei der SG Weixdorf bedanken, dass sie uns für diesen Tag den Sportplatz zur Verfügung gestellt hat.
Sonja Turba

Unsere Kirchenecke

Die Kirchgemeinde Weixdorf lädt ein zu folgenden Gottesdiensten

Sonntag, 12.10.2008

9.30 Uhr Gottesdienst, Kindergottesdienst, Kirchenkaffee

Sonntag, 19.10.2008

9.30 Uhr Abendmahlsgottesdienst, Kindergottesdienst

Sonntag, 26.10.2008

9.30 Uhr Gottesdienst, Kindergottesdienst

Die Christenlehre, zu der wie immer auch alle nichtgetauften Kinder sehr herzlich ins Rollerhaus eingeladen sind, ist in diesem Schuljahr zu folgenden Zeiten:

1. Klasse:	Donnerstag	15.00 Uhr
2. Klasse:	Montag	15.00 Uhr
3./4. Klasse:	Montag	16.00 Uhr
5./6. Klasse:	Donnerstag	16.00 Uhr

**„Sing, sing ein neues Lied mit mir,
sing, ob du singen kannst oder nicht.
Sing, sing ein Lied zu Gottes Ehre,
denn er freut sich über dich.“**

Dies ist eines von vielen Liedern, die die Kinder des Kindersingkreises der Kirchgemeinde Weixdorf sehr gerne singen, und gleichzeitig Motto und Einladung dabei zu sein und mitzumachen. Die Kinder im Alter zwischen 3 und 6 Jahren, aber auch jüngere und ältere Kinder, sind gerne dabei und haben sehr viel Spaß am gemeinsamen Singen, Musizieren und Bewegen. Die musikalische Reise geht kreuz und quer durch das Jahr unter Berücksichtigung von Kirchenfesten, Jahreszeiten und natürlich den Wünschen und Interessen der Kinder. Dabei lernen die Kinder nicht nur viele Lieder kennen, sondern begegnen auch Geschichten aus der Bibel und können Instrumente (z. B. Klanghölzer, Rasseln, Triangel, Xylofon oder Trommel) ausprobieren und damit Lieder begleiten. Außerdem ist immer viel Bewegung dabei, denn Klatschen, Stampfen und Tanzen macht nicht nur sehr viel Freude, sondern fördert auch Wahrnehmung und Rhythmus und ist für die Kinder eine besondere Möglichkeit, sich auszuprobieren und auszudrücken.

Besonders freuen sich die Kinder und sind dann meist sehr aufgeregt, aber vor allem auch stolz, wenn sie das Gelernte vortragen dürfen, z. B. im Gottesdienst zur Weihnachtszeit, zum Osterfest, zum Erntedank oder eben einfach so, auch um ihren Eltern, Geschwistern, Großeltern und allen anderen Gottesdienstbesuchern zu zeigen, was sie alles können.

Der Kindersingkreis trifft sich in der Regel einmal wöchentlich (Montag 15:45 - 16:30 Uhr, Termine in den Kirchennachrichten) zum Singen und Musizieren im Rollerhaus (Gemeindehaus) der Pastor-Roller-Kirche Weixdorf.

Wir würden uns sehr freuen, wenn sich noch mehr Kinder einladen lassen, bei uns im Kindersingkreis dabei zu sein. Für nähere Informationen können Sie sich gerne an mich wenden.

(Konstanze Liepke, Tel: 03 51/8 88 11 76 oder
E-Mail: konstanze@liepke.net).

Konstanze Liepke

Vereine

Familienfest in der Stadtteilfeuerwehr Weixdorf

Mit Sonnenschein und gut gelaunten Gästen feierten die Kameraden der Feuerwehr Weixdorf am 13.09.2008 ihr traditionelles Familienfest im Gerätehaus. Die Kameradinnen, Kameraden und die Ehrengäste brachten ihre Ehepartner und die Jugendfeuerwehr ihre Eltern mit. Mit dem diesjährigen Fest haben sich die Kameraden bei den Ehrengästen für die jahrelange Unterstützung bedankt.

Es gab Kaffee und Kuchen, am Abend Gegrilltes.



Vor der Fahrzeughalle fand das traditionelle Vogelschießen statt, bei dem Kamerad Marcel Grohmann Schützenkönig wurde.

T. Jeroch

Werdet Mitglied der Stadtteilfeuerwehr Weixdorf

Wir sind ständig auf der Suche nach neuen Mitgliedern für unsere Freiwillige Feuerwehr. Altersbedingt scheidet jährlich Kameraden aus dem aktiven Dienst aus. Des Weiteren wandern immer mehr ab, viele aufgrund ihrer Arbeit oder weil die Bundeswehr ruft! Diese Stellen müssen wieder besetzt werden. Wenn Sie oder ihr Interesse an der Arbeit bei der Feuerwehr habt, dann kommt zu uns.

aktive Wehr:

Wenn Sie Mitglied der aktiven Wehr werden möchten, melden Sie sich entweder:

- persönlich Donnerstag zwischen 19 und 21 Uhr am Gerätehaus,
- telefonisch unter 03 51/8 90 05 60 oder
- schreibt eine E-Mail an torstenjeroch@web.de

Jugendfeuerwehr:

Wenn ihr Mitglied der Jugendwehr werden möchtet, dann meldet euch bei unserem Jugendwart entweder:

- persönlich jeden zweiten Freitag zwischen 17 und 19 Uhr am Gerätehaus,
- telefonisch unter 03 51/8 90 06 18 oder
- schreibt eine E-Mail an volkerjaehrig@web.de



Vogelausstellung 2008 in Dresden/ Weixdorf

Wo? -Dresden Weixdorf/Hohenbuschcenter über Aldi
(hinter der Tankstelle)

Öffnungszeiten:

am **25.10** Samstag von 09.00 Uhr bis 18.00 Uhr
26.10 Sonntag von 09.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Ausstellung von über 50 Vogelarten, grosse Tombola
Verkauf von Vögeln / Zubehör und Imkerhonig
Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Veranstalter: Verein der Ziergeflügel- und Exotenzüchter Weixdorf e.v.

Lausa e. V.

Liebe Anlieger des Mühlteiches,

bald ist es so weit, das Abfischen des Mühlteiches rückt näher. Um ein schönes buntes Familienfest auf die Beine zu stellen benötigen wir Ihre Hilfe. Es werden noch Teilnehmer für den Trödelmarkt gesucht, jeder kann mitmachen, ohne bürokratische Hürden. Spielsachen, Bekleidung, Bücher, alles was übrig ist, keine politischen Hintergründe hat und jugendfrei ist, kann verhökert werden.

Wir stellen Tische als Auslagen bereit. Wer Lust hat meldet sich bitte unter 8 90 05 81 oder 01 72/3 52 20 36 bei Schöbe. Weiterhin möchten wir die Straßen am Teich mit bunten Girlanden, Wimpelketten oder Ähnliches schmücken, bitte macht alle mit, je bunter desto schöner.

Der Verein Lausa e. V. und der WHSV freuen sich schon jetzt auf den 18.10.08, tragen Sie mit zum Gelingen des 1. Mühlteichfestes bei.

H. Schöbe

Vorsitzender Lausa e. V.

33. Lauf „Quer durch die Dresdner Heide“

Bei hervorragenden äußeren Bedingungen lud am 20.09.2008 die Abt. Leichtathletik der SG Weixdorf zum traditionellen 33. Lauf - Quer durch die Dresdner Heide auf den Forstsportplatz Weixdorf ein.

Und eine große Läufer­schar von etwa 250 Aktiven folgten der Einladung diesen immer wieder wunderschönen Heidelauf zu laufen.



Gleichzeitig war der 33. QdH ein Wertungslauf der Stadtrangliste Dresden in den ausgeschriebenen Altersklassen. Bei dem reichhaltigen Streckenangebot von 0,5 km für die jüngsten Laufbegeisterten, dem 2-km- Schülerlauf; dem 7,5-km-, 15-km- oder 22,5-km-Lauf war wohl für jeden die passende Strecke dabei. Außerdem konnte über 7,5 km oder 15 km gewalkt werden.

Die Anmeldung zum 33. QdH war vorab per Internet möglich, jedoch auch vor Ort bis kurz vor dem Start war eine unkomplizierte Nachmeldung möglich.

Und so konnte pünktlich 14.00 Uhr gestartet werden.

Hier wurden die Läufer und Läuferinnen der 7,5 km, 15 km, und 22,5 km sowie die Walker gemeinsam auf die schöne Laufstrecke geführt. Diese verläuft komplett im Landschaftsschutzgebiet der „Dresdner Heide“ auf Waldwegen. „Dabei sollte jeder Läufer öfters die Blicke in die Gegend schweifen lassen, eine tolle Laufgegend“ schwärmen die Gäste.

Die Strecken waren durch Streckenposten und Pfeile an Bäumen und auf Wegen ausreichend markiert.

Nachdem der Start vollzogen wurde, wurden auch die Schüler und Kinder auf ihre Strecke von 2 km bzw. 0,5 km geschickt. Bei den kleinsten Läufern siegte Paul Hempel von der TU Dresden in 1:45 Minuten. Beim Schülerlauf über 2 km starteten 22 Teilnehmer, hier gewann Daniel Jeschor von der SG Weixdorf sicher mit 8:35 Minuten vor Nicolas Steffin (8:52 Minuten) vom VfL Bühlau. Und dann stieg die Spannung, denn die ersten Läufer der Hauptläufe wurden im Sportplatzgelände erwartet.

Den Sieg über die 7,5 km erreichte Matthias Schöne von der TU Dresden, er lief für diese Strecke 29:28 Minuten. Kurz danach finishte die erste Frau: Heike Hänsel vom VfL Bühlau mit 30:01 Minuten. Den 3. Platz erlief sich Bruno Zimare vom Gymnasium Dresden-Klotzsche. Er startete in der männlichen Jugend B und erreichte eine Zielzeit von 31:44 Minuten.

Hervorzuheben bei diesem Lauf ist die Leistung vom ältesten Teilnehmer des QdH Heinz Schar, welcher in der M 80++ startete. Er bewältigte die 7,5 km nach 1:04:55, unsere Hochachtung vor dieser Leistung!

Nun wurde der Zieleinlauf der 15 km Läufer verfolgt. Auch hier gab es tolle Ergebnisse, denn Philipp Müller vom Post SV Dresden gewann den 15-km-Lauf mit 55:47 Minuten recht deutlich vor Sven Struck vom Skiclub Klotzsche, welcher nach 59:54 Minuten die Ziellinie passierte. Die schnellste Frau war wieder einmal Christin Marx vom TSV Dresden mit 1:04:28. Auch dieser Sieg war mit fast 5 Minuten Vorsprung recht deutlich. Den 2. Platz

Übungs- und Trainingszeiten

Abteilung Handball Turnhalle MS Weixdorf

Mittwoch

18.30 Uhr Frauen
20.00 Uhr Männer
Info: Kerstin Lindemann
Tel.: 03 51/8 90 01 77

Abteilung Volleyball

Montag 20.00 Uhr Männer
Info: Jürgen Zeisig, Telefon: 03 51/90 02 17

Montag 18.30 - 20.30 Uhr Frauen
Turnhalle MS Weixdorf

Dienstag 20.15 - 21.30 Uhr Frauen
Sporthalle Langebrück

Info: Herr Kerber, Telefon: 03 51/8 80 49 96

Abteilung Judo

im Dojo auf dem Forstsportplatz Weixdorf

Dienstag 16.30 - 18.00 Uhr Fortgeschrittene I
18.00 - 20.00 Uhr Fortgeschrittene IV
Mittwoch 17.00 - 19.00 Uhr Fortgeschrittene II/III
19.00 - 21.00 Uhr Oldie-Training
Fitnessorientiertes Judo für Erwachsene,
Anfänger und Wiedereinsteiger willkommen

Donnerstag 17.00 - 19.00 Uhr Anfänger
Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren

Freitag 16.30 - 18.00 Uhr Fortgeschrittene I/II
18.00 - 20.00 Uhr Fortgeschrittene III/IV

In der Turnhalle der Mittelschule Weixdorf

Samstag 10.00 - 12.00 Uhr Ausgleichstraining
(nach Absprache an wettkampffreien Tagen)
Info: Robert Junghans, Telefon 03 51/8 80 92 21

Abteilung Leichtathletik

Forstsportplatz Weixdorf

Dienstag 17.00 - 18.30 Uhr Kinder
17.30 - 19.00 Uhr Jugendliche
19.00 Uhr Laufgruppe
Info: Michael Hänsel, Telefon: 03 51/8 90 06 08

Abteilung Poppymnastik

Dienstag 20.00 Uhr
Info: Petra Kolitsch, Tel.: 03 51/8 90 04 16

Abteilung Turnen und Gymnastik

Mittwoch 15.00 - 16.00 Uhr Seniorengymnastik

Mittwoch 17.00 - 18.00 Uhr Kinderturnen
Info: Katrin Becker, Tel.: 03 51/8 90 32 84

Donnerstag 20.00 Uhr Gymnastik

Freitag ab 19.00 Uhr, Erwachsene
ab 20.30 Uhr, Prellball für ältere Herren

Info: Frank Wagner, Tel.: 03 51/8 90 33 32

belegte Kathrin Baum vom SV Elbland Coswig Meißen, sie lief auf 15 km tolle 1:09:24.

Auf der anspruchsvollen 22,5 km Strecke entschied sich der Sieg erst auf den letzten Kilometern. Letztendlich siegte Lars Melchior vom VfL Eilenburg mit 1:22:10. Den 2. Platz erreichte Lutz Biasch von der SG Großröhrsdorf mit 1:24:14 und der dritte Podestplatz ging an Bernd Dander Dresdner Trolle mit 1:28:50.

Im Zielbereich gab es für alle reichlich warmen Tee und ein Obstbuffet (vom Sporthaus Ullmann) sowie den traditionellen leckeren Streuselkuchen vom Bäcker Klix.

Die Siegerehrungen folgten anschließend zügig in allen ausgeschriebenen Altersklassen, die Gesamtsieger der Hauptläufe wurden mit Wanderpokalen, Urkunde und Blumen geehrt. Preise wurden vom Sporthaus Ullmann sowie vom HCW zur Verfügung gestellt.

Wiedermal ein toller Heidelauf, vielen Dank an die vielen ehrenamtlichen Helfer der SG Weixdorf. So konnte wieder unser Lauf ohne Komplikationen über die Bühne gehen.

Dabei gilt unser Dank auch dem DRK in Dresden und dem Polizei-posten in Klotzsche für die freundliche Unterstützung.

Wir sehen uns auf jeden Fall alle wieder zum 34. QdH im September 2009.

Die Liste der Ergebnisse und zahlreiche Fotos zum Lauf wie immer unter

www.sgweixdorf.de und www.sporthaus-ullmann.de

A. Lindemann

Hallo liebe Fußballfreunde in Weixdorf,

wieder liegen zwei volle Punktspielwochenenden hinter uns.

Unsere 1. Männermannschaft erzielte in Strehla ein 1 : 1. S. Maschik erzielte dort den Führungstreffer. Nach einem Torwartfehler glichen die Hausherrn aus.

Trotzdem gab es noch viele guten Chancen zum Sieg, die nicht genutzt wurden.

Im Heimspiel gegen den DSC sahen die 260 Zuschauer ein sehr gutes Bezirksklassenspiel mit ausgeglichenen Spielanteilen bis weit in die zweite Halbzeit hinein. Dann gelang D. Kurzreuther das 1 : 0 und nun musste der DSC aufmachen. Nach einem schönen Konter war wieder „Kurzi“ zur Stelle und markierte das 2 : 0. Ein absolut verdienter Sieg für unsere Mannen.

Die 2. Mannschaft bot eine starke Leistung gegen den Tabellenführer TSV Cossebaude. Das Team erarbeitet sich viele Chancen und hielt gut mit.

Durch ein unglückliches Tor verlor die „2“ mit 0 : 1. In Bühlau beim Auswärtsspiel ging man zeitig durch M. Stäbs mit 1 : 0 in Führung. Genau so schnell folgte aber der Ausgleich. Nach verteiltem Spiel stand es am Ende 1 : 1.

Mit 4 : 1 beim Stadtligaabsteiger Dölzschen war die „3“ erfolgreich. Die Tore erzielten M. Oschatz, M. Walsdorf, G. Hiemann und E. Zschieschang. Im Heimspiel gegen den FC Elbflorenz gab es eine derbe 0 : 8-Niederlage. An diesem Tage lief vieles in der Mannschaft nicht rund und der Schieri gab 3 Abseitstore des Gegners.

Die Alten Herren verloren bei Turbine mit 0 : 2. Zuhause gegen die SG Striesen stand es zum Abpfiff 2 : 0 für die Weixdorfer.

Unsere Ü 50 Herren gewannen gegen Löbtau mit 4 : 2. Hier freuten sich S. Rösler über 3 Tore und R. Kandier über 1 Tor.

Zwei deutliche Siege verbuchten die A Junioren. Gegen Großpostwitz/Kirschau gab es zuhause ein 4 : 1 und beim Königswarthaer SV nach einem souveränen Auftritt einen 6 : 0 Auswärtssieg.

Die B 1 Junioren bezwangen Rotation in Weixdorf mit 2 : 0. Nichts zu holen gab es beim Riesaer SC, wo es am Ende 1 : 5 gegen die Mannschaft stand.

Einen weiteren guten Auftritt legten die B 2 Junioren hin. Diesmal wurde der Gegner aus Reinhardsdorf mit 5 : 1 nachhause geschickt.

Die weite Reise nach Zittau war für unsere C-Junioren nicht erfolgreich. Trotz zweimaligen Ausgleich endete das Spiel mit 4 : 2 für

Zittau. Auch die Reise für die Mannschaft von Gelb/Weiß Görlitz nach Weixdorf war nicht erfolgreich.

Hier siegten unsere C-Junioren nämlich mit 4 : 1.

Ein Debakel erlebten die D1-Junioren bei Dynamo Dresden. Mit 15 : 1 gingen die Jungs unter. In Radebeul fand man aber wieder in die Erfolgsspur zurück und siegte mit 1 : 0.

Zweimal gegen Hellerau/Klotzsche traten die D2-Junioren an. Im Pokalspiel gegen die „2“ aus Hellerau/Klotzsche, verloren die Jung's mit 2 : 3. Im Punktspiel zuhause gegen die „1“ aus Hellerau/Klotzsche kam es noch schlimmer. Beim 2 : 8 hatte man keine Chance.

Unsere E1-Junioren waren auch auf Reisen. In Neugersdorf hatte der Gastgeber am Ende mit 4 : 2 die Nase vorn. Revanchieren konnten sich die Jung's zuhause gegen Görlitz, wo es zum Abpfiff 3 : 2 für die Weixdorfer stand.

Die E2-Junioren gewannen im Pokal beim „FC Brücke“ (Loschwitz) klar und deutlich mit 7 : 2. Genau so deutlich ging das Punktspiel auf den heimischen Forstsportplatz mit 0 : 5 gegen Neustadt verloren.

Die F1-Junioren kamen mit einem 3 : 2-Sieg aus Laubegast zurück. In einem umkämpften Spiel waren wir die glücklichen Sieger.

Den ersten Erfolgsmoment erlebten die F2-Junioren. In Trachenberge gelang beim Pokalspiel ein 3 : 2-Sieg. Hier war der Jubel natürlich groß. Im Punktspielltag klappte es leider noch nicht. Das Auswärtsspiel bei Sachsenwerk ging mit 0 : 3 verloren.

Die nächsten Ansetzungen unserer Männermannschaften:

SG Weixdorf 1. - Post Dresden	12.10.	15.00 Uhr
SG Weixdorf 2. - SV Helios	25.10.	15.00 Uhr
SG Weixdorf 3. - Pillnitzer SV	11.10.	15.00 Uhr

Allen Mannschaften wieder viel Erfolg für die nächsten Aufgaben.

Ralph Reinfeld

Abteilung Kegeln

Trainingszeiten der Sportabteilung

Trainingsort: Sportheim

Montag - Donnerstag, 15.00 - 22.00 Uhr

Anmeldungen bitte bei

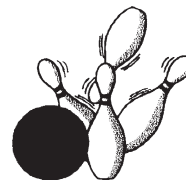
Andreas Schön Müller, Tel.: 8 90 81 26

Irene Giesemann, Tel.: 8 88 90 79

im Sportheim, Tel.: 8 88 84 20

Familienkegeln Freitag - Sonntag

Anmeldung im Sportheim: Tel.: 8 88 84 20



Abteilung Schach

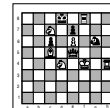
Spielort ist unser Versammlungsraum im Sportheim.

Spieltag: jeden Dienstag von 18.00 bis 21.00 Uhr

Anfragen bitte bei:

Fritz Möller, Tel.: 03 51/8 90 89 84

Christian Schütze, Tel.: 03 51/8 90 00 15



Landesselbsthilfeverband Sachsen für Osteoporose e. V.

Trainingszeiten der Selbsthilfegruppen

Dresden 4 immer dienstags, 10.00 bis 11.30 Uhr

Dresden 6 immer mittwochs, 10.00 bis 11.30 Uhr

Trainingsort: Fitness-Studio Marquardt,

Königsbrücker Landstr. 277,

01108 Dresden,

Telefon: 03 51/8 80 14 32

Ansprechpartner Herr Klaus Marquardt

Bei Interesse einfach anrufen oder vorbeikommen.

Schwimmverein Weixdorf e. V.

Trainingszeiten:

Montag 17.00 - 19.30 Uhr
 Donnerstag 17.00 - 18.30 Uhr
 und 19.30 - 22.00 Uhr
 Samstag 10.00 - 11.00 Uhr
 Telefonische Anfragen über 03 51/8 80 62 75
 Homepage: www.svweixdorf.de



Schwimmverein Weixdorf e. V.

13.09.2008 öffentl. Prüfungswettkampf in Dresden

15 Teilnehmer der Jahrgänge 1999 - 2002 mit 53 Einzelstarts
 Geschwommen wurden die 25-m- und 50-m-Strecken jeweils
 Rü-/Brust- und Kraulbeine sowie 25 m
 Gesamt Rücken, Brust, Freistil.

Gleich zum Wettbewerbsbeginn des Wettkampfjahres 2008/2009
 wurden 38 pers. Rekorde, 1x pers. Jahresbestleistung und 2 Ver-
 einsrekorde aufgestellt.

12 x 1. Platz, 8 x 2. Platz, 9 x 3. Platz, 4 x 4. Platz, 5 x 5. Platz
 und 2 x 6. Platz.

Hervorzuheben Sophie Niestroy (Jg. 2002) 4 Starts und 4 x 1. Platz.
 Weiterhin zeigten gute Leistungen Sandra Beutin, Kevin Gnausch,
 Leo Petzold, Faris Reinicke und Pavel Langner.

13.09. - 14.09. öffentl. Prüfungswettkampf

Über 200 m Lagen, je 200 m Freistil/Brust, je 100 m Freistil/Brust
 und Schmetterling sowie 50 m Rücken, Freistil, Brust und Schmet-
 terling.

5 Starter mit 23 Einzelstarts - 6 pers. Rekorde, 1 pers. Jahres-
 bestleistung und je 2 Vereinsrekorde bzw. Vereinsjahresbestlei-
 stungen sowie 7 x 1. Platz, je 4 x 2./3./4. Platz, 1 x 5. Platz und 2
 x 6. Platz

Am Start waren Larissa Schulte, Maria Reinhardt, Sven Mothes,
 Sebastian Jäger, Tobias Niestroy

20.09. - 21.09.2008 10. Plüschtierpokal in Dresden

Teilnehmer 15 Mannschaften - der SV Weixdorf belegte einen
 guten 6. Platz

22 Starter mit 90 Einzelstarts und 3 Staffelstarts

54 pers. Rekorde, 2 pers. Jahresbestleistungen, 4 Vereinsrekor-
 de und 2 Vereinsjahresbestleistungen sowie 7 x 1. Platz und
 2. Platz, 13 x 3. Platz, 9 x 4. Platz und je 5. u. 6. Platz

Tobias Niestroy auch bei diesem Wettkampf 6 Starts und 6 x das
 Treppchen.

Weiterhin hervorzuheben Sandra Beutin, Larissa Schulte, Julia-
 ne Kosch und Julian Assmann. Alle anderen Teilnehmer haben
 mit ihren Ergebnissen zum guten 6. Platz beigetragen.

Schwimmverein Weixdorf

gez. Herzog

Der Handwerkerverein Einigkeit Lausa 1888 e. V. informiert aktuell

Motorkettensägenlehrgang

Aufgrund der Verordnung des Staatlichen Forstes und in Zusam-
 menarbeit mit den Berufsgenossenschaften ist ab 1. Januar 2008
 das Arbeiten mit Motorsägen im Staats- und Privatwald nur noch
 mit Abschluss eines Motorkettensägelehrganges statthaft.

Wegen der großen Nachfrage zu bisher erfolgten Lehrgängen
 haben wir uns entschlossen, einen weiteren Lehrgang durchzu-
 führen.

Wann? 25. und 26. Oktober 2008, 07.00 bis 19.00 Uhr

Wo? Gaststätte Altes Erb-, Brau- und Schänkgut Lausa

Inhalt: Theorie

Unfallverhütung
 Persönliche Schutzausrüstung
 Fachgerechte Schnitttechnik

Praxis

Grundsätzliche Handhabung der Motorkettensäge
 Fachgerechte Schnitttechnik/Schnittübungen Schär-
 fen der Sägekette

Motorkettensägearbeit:

- bei der Brennholzernte
 - in der Jungbestandspflege
 - beim Fällen von Schwachholz bis 40 cm
 - bei unter Spannung stehendem Holz
 - bei der Aufbereitung von Brennholz
- Ergonomisch richtiges Arbeiten

Kosten: 80,00 € brutto pro Teilnehmer

Nach der Teilnahme erhält jeder ein Zertifikat und eine Rechnung:
 „Arbeiten mit der Motorkettensäge in der Brennholzwerbung“

Die Teilnahmegebühr ist bei Anmeldung zu überweisen an:

Handwerkerverein Einigkeit Lausa 1888 e. V.

Ostsächsische Sparkasse

Bankleitzahl: 850 503 00 Kontonummer: 3 100 277 600

Verbindliche Teilnahmemeldungen können mit Angabe von Name,
 Anschrift und Telefonnummer schriftlich abgegeben werden an
 den Handwerkerverein Einigkeit Lausa 1888 e. V.

01108 Dresden-Weixdorf, Königsbrücker Landstraße 373
 oder per Kontaktformular unter www.handwerkerverein-weixdorf.de
 sowie telefonisch und per Fax an

Herrn Ingolf Fleischer Telefon: 01 72/3 50 62 34

Fax: 03 51/8 62 96 81

Herrn Joachim Siebert Fax: 03 51/8 88 14 69

Handwerkerverein Einigkeit Lausa 1888 e. V.

gez. Peter Steinigen

Geburtstagsfeier beim Weixdorfer Karnevals-Club e. V.

Kaum zu glauben, aber wahr - der Weixdorfer Karnevals-Club fei-
 erte bereits schon seinen 4. Geburtstag! Anlässlich der Vereins-
 gründung am 15.09.04 wurde am 13.09.08 in der Goge gefeiert.
 Dabei übernahm der Präsident des WKC, Michael Rohde, vom
 Wirt der Goge, Ingolf Fleischer, den Schlüssel für das neue Ver-
 einsheim des WKC. Damit hat der WKC endgültig eine neue Hei-
 mat in der Goge gefunden.

Nicht nur, dass wir dort unsere Faschingsveranstaltungen durch-
 führen werden, auch unser Vereinsleben wird dort zukünftig statt-
 finden.

Auf der Geburtstagsfeier gab es einen kleinen Rückblick auf die
 Aktivitäten des WKC in den letzten 4 Jahren in Weixdorf. Ange-
 fangen von der jährlichen Saisonöffnung im Rathaus mit der
 Schlüsselübergabe von Herrn Ecke an den WKC über die vielen
 Veranstaltungen während der Faschingsaison, die bis Februar
 dieses Jahres in der Mittelschule stattfanden, bis hin zu den Auf-
 tritten bei verschiedenen Weixdorfer Vereinen. Allgemeines Fazit
 dieses Rückblickes: Wir haben viel erreicht. Dafür möchten wir
 uns an dieser Stelle bei allen Vereinen, aber auch Privatleuten,
 die uns bisher geholfen haben, recht herzlich bedanken!

Damit wir auch weiterhin so erfolgreich sind, wird fleißig für das
 Novemberprogramm und für den 18.10.08 zum Teichmühlenfest
 an der Teichperle geprobt. Dort könnt ihr uns um 19.00 Uhr mit
 einem kleinen Programm sehen.

Und für alle, die zu unseren Novemberversammlungen in der Goge
 kommen wollen, hier die Termine:

Samstag, 15.11.08 - ab 19.33 Uhr Abendveranstaltung

Sonntag, 16.11.08 - ab 14.00 Uhr Seniorenfasching

Die Karten hierzu können ab sofort bestellt werden: Telefonisch
 jeweils montags bis freitags unter (03 51) 8 83 47 57 oder per
 E-Mail an wkc-karten@web.de.

WKC olé olé olé

Katrin Bittner

Danceteam Blau-Weiß

Das war ein Sonntag!

Am 21.09.2008 begann für den jüngsten Weixdorfer Verein ein supertoller Tag. Unsere Trainerin Silke Ohrnberger gewann für uns, den 39 Gewinnern des Kinder- und Jugendtanzwettbewerbes 2008, Eintrittskarten für den Erlebnispark Belantis.

Los ging es 8.00 Uhr mit dem Bus in Richtung Leipzig. Blitze, Donner und Platzregen begleiteten uns bis ca. 50 km vor Leipzig und ab da schien für uns die Sonne.

Begrüßt vom Dresdner Wochenkurier, bekamen wir im Erlebnispark ein kleines aber feines Programm vom Kinder- und Jugendverein präsentiert. Punkt. 10.00 Uhr wurde der Vereinstag für die 2.000 Gewinnern aus Chemnitz, Leipzig sowie Dresden von der sächsischen Sozialministerin Christine Claus eröffnet. Für uns begann nun der schönste Teil dieses Tages. Wir alle nahmen sämtliche Attraktionen in unseren Besitz. Ob Achterbahn, Wasserrutsche, Wikingerschaukel Gemeinsam mit unserem Vorstand hatten wir riesigen Spaß. Nach 7 Stunden fuhren wir geschäftig aber glücklich wieder in Richtung Weixdorf. Für unsere Wettkämpfe sowie die bevorstehenden Faschingsveranstaltungen haben wir viel Kraft geschöpft und freuen uns mit den vielen aktiven Bühnenakteuren auf eine tolle Novembersaison.



Die Kartenbestellung ist im vollem Gange, also überlegt nicht mehr so lange. Die Festhalle wird geschmückt und steht bereit und wir Tänzer ziehen an unser schönstes Kleid. Die Halle soll voller Stimmung und Humor nur so kochen. Beeilt euch, es sind nur noch fünf Wochen.

Veranstaltungen: 15.11.08 19.11 Uhr
16.11.08 Seniorenfasching ab 14.00 Uhr
22.11.08 19.11 Uhr

Kartenbestellung: 03 51/8 90 55 15

Euer Weixdorfer Danceteam

Silke Ohrnberger

Glückwünsche

Wir gratulieren unseren älteren Bürgern zum Geburtstag und wünschen ihnen Gesundheit und Wohlergehen.

Oktober 2008

70 Jahre

Siegfried Eckhardt
Harry Ritschel
Wolfgang Imhof

75 Jahre

Maria Kohlich

80 Jahre

Liesa Leuscher
Christa Walther

85 Jahre

Günther Kemmer

91 Jahre

Hildegard Sroka



Termine

Volkssolidarität

Ortsgruppe 1 - Fuchsberg

Dienstag, 21.10.2008

14.00 Uhr Treff in der Fuchsbergklause

Zu allen Treffs sind Gäste immer herzlich willkommen.

Der Vorstand

Ortsgruppe 2 - Lausa

Dienstag, 14.10.2008

14.00 Uhr Treff in der Teichperle

12 Jahre Ortsgruppe - Volksliedersingen

Gäste sind immer herzlich willkommen.

Der Vorstand

Rentnertreff der Skatspieler

Mittwoch, den 22.10.2008, 13.00 Uhr im Countryclub

Auch jüngere Skatfreunde sind herzlich willkommen.

Bergsport Weixdorf e. V.

Clubabende sind in jeder geraden Woche - Mittwoch 19.30 Uhr in der Jägerklause.

Gäste sind herzlich willkommen.

Weixdorfer Heimat- und Schützenverein

Freitag, den 10.10.2008, 19.30 Uhr Mitgliederversammlung in der Teichperle.

Gäste sind herzlich willkommen.

Handwerkerverein „Einigkeit“ Lausa 1888

Treff jeden 1. Mittwoch im Monat, 19.30 Uhr im „Alten Erb-, Brau- und Schänkgut zu Lausa“

Marsdorfer e. V.

Treff im Gemeindehaus Marsdorf

Freitag, den 10.10.2008, 19.30 Uhr Stammtisch

Mittwoch, den 15.10.2008, 15.00 Uhr Kaffeekränzchen

Freitag, den 24.10.2008, 19.30 Uhr Verkehrsteilnehmerschulung

Männergesangverein Lausa/Weixdorf 1885 e. V.

Singestunde in der Köhlerhütte, Beginn 19.30 Uhr

Freitag, den 10.10.2008

Freitag, den 17.10.2008

Donnerstag, den 23.10.2008

Zu jeder Singestunde sind interessierte Sangesfreunde, auch zum „Schnuppern“, herzlich willkommen.

Weixdorfer Karnevals Club

Treff des Weixdorfer Karnevals Club immer

am 1. Donnerstag im Monat, 20.00 Uhr im „Alten Erb-, Brau- und Schänkgut Lausa“

Rassekaninchenverein Weixdorf u. Umg. e. V.

Am Freitag, dem 17.10.2008, 19.30 Uhr Monatsversammlung in der Bauernstube Dammert.

Ziergeflügel- und Exotenverein Weixdorf e. V.

Am Freitag, dem 10.10.2008, 19.00 Uhr Mitgliederversammlung in der Bauernstube Dammert.

Hundesport Ortsgruppe Weixdorf e. V.

Jeden Mittwoch ab 16.00 Uhr und jeden Samstag ab 14.00 Uhr Hundeausbildung auf dem Forstsportplatz.

„Hundesportverein am Hofladen Weixdorf e. V.“

Ausbildungszeiten:

Jeden Mittwoch ab 16.30 Uhr

Jeden Samstag ab 14.00 Uhr

Ort: ca. 150 m links hinter dem Gelände des Hofladens

Freiwillige Feuerwehr Weixdorf

Jeden Donnerstag um 19.00 Uhr im Gerätehaus

- Aus- und Weiterbildung -

Jugendfeuerwehr

Die Jugendfeuerwehr trifft sich freitags - 14-täglich - 17.00 Uhr im Gerätehaus.

Historisches

Weixdorfer Archivnotizen, bearbeitet nach Quellen

von Hans-Werner Gebauer, Langebrück

Teil 2

Sonntag, 2. September, in der Kirchengemeinde wird Erntedankfest gefeiert. Der Predigtgottesdienst fand um 8.30 Uhr statt. Der Predigt lag der Text Apostel 15, Verse 6 bis 12, zu Grunde. Um 10.30 Uhr war Kindergottesdienst, dienstags ist Bibelstunde.

Die Weixdorfer Sektion des Touristenvereins „Die Naturfreunde“, Sektionsleiter war Herr Kegel, nahm am 11. Stiftungsfest der Lotzdorfer Naturfreunde im dortigen Gasthof teil.

Nicht näher zu definierende Kräfte feiern nachmittags in Gomlitz den „Deutschen Sonntag mit deutschem Lied“. Es handelt sich hierbei nicht um den Männergesangsverein sondern vermutlich „Freikorpsleute“ aus Klotzsche.

Am Nachmittag wird der aktuelle Brotpreis verkündet. Das Vierpfundbrot, das seit dem 22. Juli 1922 mit 1900 Gramm „ausgebacken“ gilt, erhöht sich von 160000 auf 400000 Mark. Die 75 Gramm-Semmel verdoppelt sich von 11000 Mark auf 22000 Mark. Durch die Erhöhung des Mehlpriees seitens der Reichsernährungskammer gelten am 2. September bis auf Widerruf nur die Brotmarken der Serie Z, Nr. 4. Alle anderen Marken dürfen nicht beliefert werden. Hinsichtlich der Zuckerversorgung wurde der so genannte „Mundzucker“ freigegeben. Es kam zu massiven Beschwerden, da der hierfür ausgegebene Abschnitt „W“, bereits im Juli beliefert worden war. Etwa 80 % der Lausaer Haushalte hatten keine aktuellen „Zuckerkarten“ mehr.

Der Kreisausschuss plädierte dafür, dass in den ländlichen Regionen „kein Zucker verteilt werden solle, da es in den Haushalten Reserven gäbe“.

Am Nachmittag treffen sich die Kfz.-Besitzer und protestieren „gegen die Reichs-Rhein-Ruhr-Abgabe“. Das Rheinland war in jenen Tagen von Frankreich besetzt. Infolge der Besetzung waren einzelne Personen aus dem Rheinland ausgewiesen worden. Zudem lief seit dem Herbst 1922 eine umfangreiche Kinderverschickungsaktion. In Lausa waren zwischen dem Dezember 1922 und dem Juni 1923 etwa 40 Kinder meist für drei Wochen untergebracht worden. Mit der Abgabe durch die Kfz.-Besitzer, sie sollten 4 % des Wertes ihres Fahrzeugs aufbringen, sollten Barmittel zur Unterstützung der „Rheinlandhilfe“ beschafft werden.

Montag, 3. September, der Gemeindefinanzausschuss tritt zusammen und legt als Berechnungsgrundlage für landwirtschaftliche Abgaben den „Lausaer Goldmarkpreis mit 1290000 Mark, gültig bis 7. September 1923, fest“. Anfang September wurden traditionell die Landwirtschaftsabgaben fällig, da die Ernte als eingebracht galt.

Der Milcherzeugerabgabepreis betrug an diesem Tage je Liter 174000 Mark bei Vollmilch und 87000 Mark bei Buttermilch. Bauernbutter wurde rückwirkend zum 2. September mit 1230000 Mark je Pfund festgesetzt.

Der Ausschuss ermächtigte die Hausbesitzer sich mit ihren Mietern schnellstens wegen der Preisentwicklung „ins Benehmen zu setzen“. Die Annahme „auswärtiger Gutscheine“ (heute als Notgeld bekannt, d. V.) sollte im Interesse der Finanzierbarkeit über die örtliche Spar- und Girokasse unterbleiben. Getroffene Absprachen zwischen Mieter und Vermieter galten „ortsüblich“ als „Nebenbedingungen, die den Friedensmietvertrag, Basis Sommer 1914, nicht betrafen“.

Ab dem 3. September hatte es sich eingebürgert, dass die Gemeindebeamten, die sich mit den Finanzen befassen mussten, von 11 bis 12 Uhr ihre Arbeitsstelle verließen um auf dem örtlichen Postamt per Telefon die aktuellen Umrechnungskurse sich zu notieren.

Anschließend mussten sie einen Aushang anfertigen, damit die Händler sich auf die Preise einstellen konnten. Die Preise für Brot, Butter, Gas, Wasser, Elektrizität und Mehl wurden zentral auf Kreisbasis vorgegeben. Auch hier erfolgte eine telefonische Information. Meist war am Folgetag das bis 48 Stunden vorher festgelegte Umrechnungsverhältnis auch in der Tageszeitung ausgedruckt. Für den Ort galten jedoch die „Festlegungen an den Gemeindebekanntmachungstafeln“. Da auch Papier immer teurer wurde, wurde im Innenraum des Gemeindeamtes eine Tafel mit Kreide beschrieben. Hierzu hatte der Gemeindebeamte die Uhrzeit des Aufschreibens anzugeben, zugleich „sollte öfters kontrolliert werden, ob sich jemand an diesen amtlichen Zahlen zu schaffen machte“.

Der Erwerbslosenrat kritisiert den aktuellen Umrechnungskurs und fordert die Gemeinde Lausa auf, von ihrem Beschlagnahmerecht Gebrauch zu machen, „damit der Verelendung der Erwerbslosen und ihren Familien entgegen gewirkt werden kann“. Der Vorsitzende des Lausaer Erwerbslosenrates, Stengel, nimmt am Abend an einer politischen Versammlung der Dresdener Erwerbslosen teil und organisiert ab dem 4. September so genannte „Hungermärsche“. Über diese kann nichts Näheres gesagt werden, da die hierzu angelegten Polizeiakten nicht mehr aufzufinden sind.

Dienstag, 4. September, die Spar- und Girokasse gibt bekannt: Wegen Arbeitsüberlastung bleibt die Lokalität ab sofort dienstags und donnerstags, für den Publikumsverkehr geschlossen“. Lausas Gemeinderat bittet die Einwohner um ihr Verständnis, bisher getätigte Einzahlungen seien durch „gesperrte Depots der Reichsbank gedeckt“. In den Abendstunden kommt es zu einer spontanen Protestkundgebung am „Heiteren Blick“ mit ca. 80 Teilnehmern. Vermutlich erfolgte danach ein weiterer „Hungermarsch“ durch den Ort.

Der Bezirksausschuss ermächtigt den Lausaer Gemeinderat die „Herbstferien zu verlegen, da der Mangel an Heizmaterial absehbar ist“.

Ab sofort werden den Pfarrern Nebenbeschäftigungen erlaubt, da ihre Besoldung, die inflationsbedingt monatlich auf 2 Millionen Mark gesetzt wurde, tagaktuell keine Lebensgrundlage mehr ist.

Annonce: Handleierwagen, einzelne Räder sowie alle Arten Korbtanen, empfiehlt in großer Auswahl, Walter Kretzschmar, Lausa, Königsbrücker Straße 89.

Nachmittags müssen in der Schule alle unehelichen Kinder vorgestellt werden. Sie werden von einem Facharzt hinsichtlich ihres „Ernährungszustandes“ untersucht. Die Pflegeeltern bzw. Mütter werden über ihre finanziellen Verhältnisse befragt. Am Abend tagt

der Wohlfahrtsausschuss „um Abhilfe zu schaffen“. Über Einzelheiten konnte bisher nichts in Erfahrung gebracht werden.

Mittwoch, 5. September, der Bezirksausschuss ermächtigt die Gemeinden, die fällige Vergnügungssteuer am „Tagesporto eines Fernbriefes“ zu messen. Jede Gemeinde kann zur Beschaffung von Barmitteln eine zusätzliche Getränkesteuer einführen. Da es in Ostpreußen zur Erkrankung an Lepra gekommen ist, sollen die Gemeinden alle Reisen und Verwandtenbesuche in diese Orte untersagen.

Infolge der inflationären Entwicklung erhöht die Ortskrankenkasse ihren Mitgliedsbeitrag von 3700 auf 570000 Mark. Lohnempfänger zahlen einen Zuschlag von 266500 Mark. Da sich jedes Wochenende die Lohnstufe änderte, war mit weiteren Erhöhungen zu rechnen.

wird fortgesetzt

- Anzeige -

Auf die Auswahl kommt es an

Ballaststoffe

(djd). Ballaststoffe sind wichtig für die Darmgesundheit. Zum einen liefern sie den Darmbakterien Nahrung und fördern damit eine gesunde Darmflora. Zum anderen steigern sie die Darmbewegung, verkürzen die Verweilzeit der unverdauten Nahrungsreste und wirken einer Verstopfung entgegen. Dieser Mechanismus, so vermuten Wissenschaftler, schützt möglicherweise zumindest teilweise vor Darmkrebs.

Mindestens 30 Gramm Ballaststoffe sollte ein Erwachsener täglich zu sich nehmen, empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE). Doch wie lässt sich eine solche Menge sinnvoll im Speiseplan unterbringen, wenn ein Apfel gerade einmal 2,3 Gramm Ballaststoffe enthält? Zugegeben, ganz einfach ist das nicht.

Vollkornprodukte wie Roggenbrot oder Müsli mit Haferflocken und Trockenobst enthalten reichlich Ballaststoffe. Sie sind bekömmlich und eignen sich ideal fürs Frühstück. Mittags dienen ein bunter Salatteller oder Gemüse als Ballaststoffquelle. Zwischendurch sollten Obst, eine Handvoll Nüsse oder Vollkornkekse statt Süßigkeiten genascht werden. Wer zum Abendessen ein Gericht mit Kartoffeln, Vollkornnudeln oder Naturreis verzehrt, hat seinen Ballaststoffbedarf gedeckt.

Abrupte Umstellung ist nicht empfehlenswert

Da ein Lebensmittel nicht anzusehen ist, ob es ballaststoffreich ist oder nicht, haben sich Ernährungstabellen bewährt, die den jeweiligen Gehalt angeben. Generell gilt: Weißmehlprodukte sowie Fertig- und Fast-Food-Gerichte enthalten kaum Ballaststoffe - Getreide- und Vollkornprodukte, Obst und Gemüse hingegen viele. Ideal sind etwa 600 Gramm Obst und Gemüse pro Tag. Ein zu abrupter Wechsel von ballaststoffarmer Ernährung hin zu Vollwertkost führt fast zwangsläufig zu Beschwerden. Die Darmflora braucht eine gewisse Zeit, um sich an die veränderte Ernährung zu gewöhnen. Anfangs am besten nur eine oder zwei Mahlzeiten am Tag mit möglichst gut verdaulichen Ballaststoffen wie grünen Blattsalaten oder Tomaten anreichern. Bei aller Vorsicht kann es dennoch vorkommen, dass gelegentlich Blähungen auftreten, wenn der Körper nicht an die Aufnahme von Ballaststoffen gewöhnt ist. Bewährt haben sich in solchen Fällen rezeptfreie Präparate wie Lefax, die die Luft im Bauch auf natürlich Weise auflösen, ohne den Körper zu belasten.

Mindestens 30 Gramm Ballaststoffe sollte ein Erwachsener täglich zu sich nehmen.

Foto: djd/Lefax



PRIVATANZEIGEN

für nur 5 Euro

Veröffentlichen Sie meine Privatannonce im Verbreitungsgebiet der Verwaltung(en).....

 mit den dazugehörigen Gemeinden.

Das folgende Feld ausfüllen. Kein Größtmuster! Gilt nur für Privatannoncen, nicht für Familienannoncen (z.B. Danksagungen, Grüße usw.) und nicht für geschäftliche Anzeigen. Preise je Ausgabe inkl. MwSt.

Wichtiger Hinweis!
 Bitte beachten Sie beim Ausfüllen dieses Bestellscheins unbedingt, dass hinter jedem Wort oder hinter jeder Zahl und hinter jedem Satzzeichen ein Kästchen als Zwischenraum frei bleibt!

bis hierher kostet's 5 Euro

bis hierher kostet's 10 Euro

Falls Chiffre gewünscht bitte hier ankreuzen

Achtung!
 Bei Chiffre-Anzeigen kostet's 6,50 Euro zusätzlich

Bitte geben Sie unten Ihre genaue Anschrift an. Legen Sie Ihrer Bestellung Bargeld oder einen Scheck bei oder geben Sie unten Ihre Bankverbindung an. **Es wird keine Rechnung zugestellt.** Bitte senden Sie es an folgende Adresse:

Verlag + Druck Linus Wittich KG
 Postfach 29
 04912 Herzberg/E.

Die Anzeige wird jeweils in der nächstmöglichen Ausgabe veröffentlicht. Mit eventuell geringfügigen Kürzungen des Textes bin ich einverstanden. Terminwünsche sind nicht möglich.

Name/Vorname

Straße/Hausnummer

PLZ/Ort

Datum

Unterschrift

Bank

BLZ

Kto-Nr.

Scheck liegt bei

Bargeld liegt bei