

Zivilcourage: Dritter Kurs

Eschenbach. „Couragiert Opfer unterstützen, richtig agieren und Gewalt entgegenreten“: Unter diesem Motto will die Polizei ein Zeichen gegen die Wegschaumentalität und für mehr Zivilcourage setzen. Wenn Menschen in Bedrängnis geraten, ist jeder als Mitmensch gefordert. Wie und auf welche Art und Weise Hilfe möglich ist, wissen jedoch meist die Wenigsten. Deshalb lädt die Polizeiinspektion Eschenbach mit Unterstützung der Volkshochschule zu einem dritten Zivilcourage-Kurs ein.

Drei eigens dafür geschulte Beamte werden den Teilnehmern am Mittwoch, 6. November, die Grundlagen für Nothilfe vermitteln: Von 19 bis 22 Uhr geht es im Kursraum 3 (zweiter Stock) der VHS darum, wie mit möglichst geringer Eigengefährdung anderen geholfen werden kann und muss. Thema sind grundlegende Verhaltensmuster, die für Opfer von Gewalt lebensrettend sein können. Zudem ist es wichtig, als Helfer Provokationen zu vermeiden und die Eigengefährdung gering zu halten.

Die Teilnahme ist kostenlos. Der Kurs beinhaltet keine Selbstverteidigungstechniken. Bei Fragen steht seitens der Polizei Eschenbach Werner Stopfer, Telefon 09645/9204-0, zur Verfügung. Anmeldungen nimmt die Volkshochschule Eschenbach, Telefon 09645/8283, Mail denk@vhs-eschenbach.de, entgegen.

ANZEIGE

DEGLMANN
ENERGIE

TANKSTELLE • HEIZÖL
DIESEL • SCHMIERSTOFFE

Hinterm Rangierbahnhof 24
92637 Weiden
www.deglmann.de Tel. 0961/471000



Die „Ausbeute“ war gering: Am heutigen Samstag schließt die Mosterei in Haselbrunn nach einer eher durchwachsenen Saison für dieses Jahr wahrscheinlich ihre Pforten. Im Vergleich zur Apfelernte der vergangenen Jahre wurde heuer nur ein Bruchteil davon zu Apfelsaft verarbeitet. Die Besitzer kleinerer und großer „Apfelpflanzungen“ hoffen, dass der Ertrag nächstes Jahr wieder besser ausfällt.

Bild: gpa

Ein mieses Apfeljahr

Mosterei des Obst- und Gartenbauvereins nur wenige Wochen in Betrieb

Haselbrunn. (gpa) Viel früher als sonst gehen heuer in der von Maria Ott geleiteten Mostereianlage des Obst- und Gartenbauvereins Speinshart in Haselbrunn die Lichter aus: Am heutigen Samstag ist voraussichtlich der letzte Tag in diesem Jahr zur Anlieferung von Äpfeln. Zudem lief der Betrieb erst seit Mitte September.

Über genaue Daten der Mostkampagne zu Ende gehenden verfügt Maria Ott noch nicht. Dennoch kann sie schon jetzt sagen, dass 2013 mit Abstand das schlechteste Jahr seit langem gewesen ist: Nur etwas mehr als ein Zehntel der sonst üblichen Apfelmenge war zu verarbeiten. Dabei sei die Apfelernte regional unterschiedlich ausgefallen, erklärt Ott. „Sehr wenig getragen haben Bäume im

Raum Eschenbach, Grafenwöhr und Pressath. Besser war der Ertrag im Fränkischen, etwa in der Gegend um Creußen und Pegnitz.“

Das ist wie beim Menschen: Wenn er den ganzen Tag arbeitet, braucht er einmal eine Stunde, um sich auszuruhen. Genauso ist es bei Apfelbäumen.

Maria Ott,
die Leiterin der Mosterei

„Eine Ausnahme macht bei uns Speinshart“, fügt die Mostereileiterin hinzu: Das Klosterdorf habe sogar eine sehr gute Apfelernte verzeichnet. „Wahrscheinlich, weil dort so viele

Patres wohnen“, vermutet sie augenzwinkernd und freut sich, dass es im neuen Kloster-Gasthof Apfelsaft gibt, der von Äpfeln aus dem Klostergarten stammt.

Die Fachfrau erklärt das miese Apfeljahr damit, dass es immer wieder ein Jahr gebe, in dem die Natur eine „schöpferische Pause“ einlege. „Das ist wie beim Menschen: Wenn er den ganzen Tag arbeitet, braucht er einmal eine Stunde, um sich auszuruhen. Genauso ist es bei Apfelbäumen. Auch sie müssen einmal eine Pause einlegen, in der sie sich wieder regenerieren können.“

Ott selber kann dieses Phänomen an ihren eigenen Obstbäumen ablesen. Auch diese haben nur einen Bruchteil des sonstigen Ertrags gebracht, aber bereits viele Blüten für das nächste Jahr angesetzt. Sie hofft deshalb, dass 2014 wieder ein gutes, ertragreiches Apfeljahr wird.

Tipps und Termine

Trauerbegleitung: Mehr Informationen

Oberbibrach. Der Katholische Frauenbund lädt am Montag, 4. November, um 19.30 Uhr zu einem Vortrag in den Frauenbundraum ein. Hildegard Haupt aus Grafenwöhr spricht zum Thema „Trauerbegleitung, Trauerphasen, Trauercafé“. Dieser Vortrag ist weiterführender und etwas anders als der in Schlammersdorf. Deshalb sind besonders die dortigen Teilnehmer eingeladen. Aber auch alle anderen Interessierten sind willkommen.

Vorbereitung auf Hobbykünstlermarkt

Speinshart. (jhö) Am Mittwoch, 6. November, findet um 19.30 Uhr im Hirthaus in Münchsreuth eine Versammlung zur Vorbereitung des Hobbykünstlermarktes statt. Eingeladen sind alle Aussteller sowie die Vorstandsmitglieder des Obst- und Gartenbauvereins und der Hirthausfreunde.

ANZEIGE

Technikerausbildung in Weiden

Am Dienstag, 5. 11. 2013, 18.30 Uhr, informiert das Berufliche Fortbildungszentrum Weiden (bfz gGmbH) in der Böttgerstr. 40a über den berufs begleitenden bzw. Vollzeit-Fortbildungslehrgang zum staatlich geprüften Techniker in Maschinenbautechnik in Weiden, sowie die Technikerausbildung an der Fachschule in Amberg in den Fachrichtungen Maschinenbau, Elektrotechnik und Kunststofftechnik.

Individuelle Beratung zur beruflichen Weiterbildung im Technikerbereich ist möglich. Info: 0961/38948-17 oder 09621/774321, www.schulen.bfz.de

„Apfelsaft-Tankstelle“ in Berlin

Haselbrunn. (gpa) Es sind Geschichten am Rande, die oft für unverhoffte Freude sorgen. Maria Ott, die Leiterin der Haselbrunner Mosterei des Obst- und Gartenbauvereins Speinshart, hat vor kurzem einen derartigen Bericht gehört.

Dieser stammt von einer Kundin aus dem Raum Creußen, die eine große Streuobstwiese hat und jedes Jahr ihre Äpfel in die Mosterei bringt. Den vielen Apfelsaft kann sie natürlich selber nicht verbrauchen, so dass auch die Verwandtschaft davon profitiert: Die Frau verschenkt viele „Bag-in-Boxes“ mit Apfelsaft.

Und so nahm die Kundin, als sie zur Geburtstagsfeier ihres Enkelsohnes nach Berlin eingeladen wurde – dort lebt ihre Tochter mit der Familie –, unter anderem auch „Apfelsaft in der Box“ als Geschenk

mit in die Hauptstadt. Als am Tag nach seinem Geburtstag ihr Enkel in der Schule von seiner Lehrerin nach seinen Geburtstagsgeschenken gefragt wurde, erwähnte er auch die „Apfelsaft-Tankstelle“.

„Da nimmst du dein Glas, gehst an die Tankstelle, dort füllst du es auf und dann gehst wieder“, klärte er die Lehrerin und seine Klassenkameraden auf. Da ihn alle auslachten, bat er seine Mama, ihm am nächsten Tag seine „Apfelsaft-Box“ und einige Pappbecher in die Schule zu bringen.

Weil die Mutter ihrem kleinen Sohnmännchen die Freude nicht verderben wollte, willigte sie ein. Und so schenkte dieser in der Pause der staunenden Klasse aus seiner „Apfelsaft-Tankstelle“ „frisch gezapften Saft aus Haselbrunn in Bayern“, wie er allen voll Stolz erklärte, ein.



So sieht eine „Apfelsaft-Tankstelle“ aus: Wichtigster Bestandteil ist der rote Zapfhahn, auf den Maria Ott, die Leiterin der Haselbrunner Mosterei, zeigt. Mit einer solchen „Bag-in-Box“ bereitet eine Kundin aus dem Raum Creußen ihrem Berliner Enkelsohn eine große Geburtstagsfreude. Bild: gpa

ANZEIGE

Lange Saunanacht
in der Lohengrin Therme Bayreuth

Am 2. November sind alle Bereiche bis 1 Uhr nachts geöffnet

Nach dem großen Erfolg im April folgt nun im November die nächste Saunanacht. Thermen-Betriebsleiterin Doris Stahlmann und ihr Team laden Sauna-Fans und Sauna-Neulinge herzlich ein, das gesunde Schwitzbad einmal mit viel Zeit auszuprobieren.

Dickes Plus für die Gesundheit
Im Mittelpunkt der Saunanacht steht selbstverständlich das Saunieren. Das empfiehlt sich insbesondere in der kalten Jahreszeit. Denn es wirkt positiv auf Immunsystem, Blutdruck und Kreislauf. Außerdem sorgt das Schwitzbaden für Entspannung und

Mit angenehmen 55 °C und einer Luftfeuchtigkeit von 55 % ist das Biosanatorium, die richtige Wahl für Gäste, die gerne etwas länger verweilen möchten. Die inhalierbare Luft wirkt sich positiv auf die Atemwege aus, eine günstige Nebenwirkung in der kalten Jahreszeit. In der Saunalandschaft fehlt auch die klassische finnische Sauna mit ihrer großen, aber trockenen Hitze nicht.



Während der langen Saunanacht sind alle Bereiche – Thermenwelt, Saunalandschaft und Wellnessoase – bis 1 Uhr nachts geöffnet. Eine Tageskarte für Sauna plus Therapie kostet 19,50 Euro. Wer den darin enthaltenen Gutschein für eine medizinische Massage nutzen möchte, wird gebeten, zuvor einen Termin unter Telefon 0921 79240-12 zu vereinbaren. Ab 18 Uhr werden alle halbe Stunde in drei Saunen zeitgleich Aufgüsse durchgeführt. Durch den Extra-Schub an Hitze intensiviert der Aufguss die positiven Wirkungen des Schwitzbadens.

macht einfach Spaß – zumal bei so großer Abwechslung wie in der Lohengrin Therme.

Da ist zum Beispiel die 4-Jahreszeiten-Sauna mit einer Temperatur von rund 95 °C. Der Badegast sitzt auf angenehm duftender Roter Zeder, einem Premium-Holz mit einem warmen Farbton und sehr guter Wärmereflexion. Für entspannte Stimmung sorgen indirekte Sunset-Beleuchtung und an die jeweilige Jahreszeit angepasste Aufgüsse. Oder wie wäre es mit der Softsauna, in der sich bei „lediglich“ 85 °C auch Neueinsteiger richtig wohlfühlen? Kleine Leuchtdioden an der Decke simulieren einen Sternenhimmel. Salzsteine an der Wand geben wertvolle Mineralien in die Atemluft ab.

Außerdem ist die Thermenwelt ab 18 Uhr zum textiltfreien Baden freigegeben. Darüber hinaus erwartet die Gäste ein unterhaltsames Rahmenprogramm mit den „4 Köpfen Bayreuths“ und einer Zumba-Gruppe.

LOHENGRIN
THERME
BAYREUTH

Staatlich anerkannte Heilquelle
Heilquellenkurbetrieb