

IN KÜRZE



Musikalische Dinershow in Großpaschleben

GROSSPASCHLEBEN/MZ/SCÄ. Der Freizeit- und Ferienhof Großpaschleben lädt am Freitag, 19. April, 18.30 Uhr, zur „Helene Fischer und Udo Jürgens Dinershow“ ein. Die in Bobbau geborene Sängerin Katja Wiesigstrauch, die mit 19 Jahren erfolgreich ihre Musicalausbildung an der Stage School in Hamburg abgeschlossen hat, interpretiert Titel von Helene Fischer. Der in Leipzig lebende Komponist und Musicaldarsteller Friedrich Rau, der an der Weimarer Musikhochschule ausgebildet wurde, bestreitet am Piano mit Liedern von Udo Jürgens den zweiten Part des Abends. Und wie es sich für eine Dinershow gehört, können die Gäste im Verlauf des Abends ein kulinarisches Mehrgangmenü genießen.

FOTO: UTE NICKLISCH

Karten für die Dinershow im Freizeit- und Ferienhof Großpaschleben erhalten Interessierte unter der Rufnummer 03496/51 03 96.

Solaranlage bei Frenz Thema im Ausschuss

OSTERNIENBURG/MZ. Der Bau- und Umweltausschuss des Osterienburger Landes kommt am diesem Mittwoch, 10. April, zu seiner nächsten Sitzung zusammen. Getagt wird ab 19 Uhr im Versammlungsraum der Gemeindeverwaltung, Rudolf-Breitscheid-Straße 32 e, in Osterien-

burg. Im öffentlichen Teil der Sitzung geht es um die Straßenreinigung und den Winterdienst in der Gemeinde. Beraten werden soll über die 8. Änderungssatzung zur Umlage der Verbandsbeiträge der Unterhaltungsverbände „Taube-Landgraben“ und „Westliche Fuhne/Ziethe“ sowie das gemeindliche Einvernehmen für die Errichtung einer Photovoltaik-Freiflächenanlage in Frenz.

Aken hat noch Reserven

Die erste Bürgerinformationsveranstaltung zum integrierten kommunalen Klimaschutzkonzept zeigt auf, woran künftig noch gearbeitet werden muss, um die Ziele zu erreichen.



Die Resonanz bei der Beratung zum kommunalen Klimaschutzkonzept war noch überschaubar.

FOTO: STADT AKEN

VON KARL EBERT

AKEN/MZ. Es war richtig etwas los am Donnerstag voriger Woche in der Elbestadt Aken. Zunächst haben sich Experten und Bürger zu einer Bürgerinformationsveranstaltung zum integrierten kommunalen Klimaschutzkonzept der Stadt getroffen. Und anschließend gab es die bereits im Vorfeld mit Spannung erwartete erste öffentliche Sitzung des Stadtwahlausschusses zur Kommunalwahl am 9. Juni, die nicht ganz ohne Überraschungen blieb, über welche die MZ bereits an anderer Stelle berichtet hat.

Noch kein Thema war bislang das integrierte kommunale Klimaschutzkonzept (iKSK) von Aken. Zu Beginn stellte Bürgermeister Jan-Hendrik Bahn (parteilos) den Sachstand zur Thematik vor. „Die Stadt Aken hat bereits im Jahr 2023 das Planungsbüro seecon Ingenieure GmbH aus Leipzig zur Erstellung des iKSK beauftragt. Nunmehr konnten die Ergebnisse der Bestandsanalyse durch die Experten der Öffentlichkeit vorgestellt werden“, erklärte Jan-Hendrik Bahn.

Zielgerichtete Aktivitäten

Als eine der Handlungsempfehlungen hatten die Spezialisten herausgearbeitet, dass die Stadt – trotz der bereits initiierten Energieeffizienz- und Klimaschutzmaßnahmen – künftig noch mehr zielgerichtete Klimaaktivitäten durchführen muss, um der bundesge-

Kommunale Wärmeplanung

Das Wärmeplanungsgesetz schafft die rechtliche Grundlage für die verbindliche und systematische Einführung einer flächendeckenden Wärmeplanung in Deutschland. Sie soll als wegweisendes Instrument auf der Grundlage der lokalen Gegebenheiten einen Weg aufzeigen, wie Schritt für Schritt auf die Nutzung von Erneuerbaren Energien oder unvermeidbarer Abwärme umgestellt werden kann.

Für Wärme-, Gas- und Stromverteilernetzbetreiber sowie Gewerbe- und Industriebetriebe ist es wichtig, dass sie bei Investitionsentschei-

dungen genügend Vorlauf bei der Planung haben. Auch Gebäudeeigentümerinnen und -eigentümer wünschen sich Informationen darüber, welche Art von Wärmeversorgung in ihrer Umgebung zukünftig realisiert werden soll.

Die Fristen für die Erstellung der Wärmepläne sind nach der Einwohnerzahl gestaffelt. Für Gemeindegebiete mit mehr als 100.000 Einwohnern muss bis zum 30. Juni 2026 ein Wärmeplan erstellt werden. Für alle Gemeindegebiete mit weniger Einwohnern bis zum 30. Juni 2028. BMWSB, KEB

„Die Ergebnisse sind wesentliche Bausteine für Wärmeplanung.“

Jan-Hendrik Bahn
Bürgermeister

Altstadt – zu informieren. Das durch die Stadtwerke beauftragte Planungsbüro BCC Energie GmbH aus Leipzig, informierte über die Transformationsmöglichkeiten und Ausbaupotenziale der bestehenden Wärmenetze in den beiden Quartieren. Am Beispiel

des Quartiers „Aken-West“ wurden die Bestandssituation, die Methodik und die anstehenden Verfahrensschritte ausführlich erläutert.

Bürger suchen Standorte aus

„Die ausstehenden Ergebnisse der Quartiersuntersuchungen, als auch des integrierten kommunalen Klimaschutzkonzeptes stellen wesentliche Bausteine für die Erarbeitung der kommunalen Wärmeplanung bis spätestens 2028 dar und ergänzen das derzeit in Fortschreibung befindliche integrierte Stadtentwicklungskonzept um die Themenkomplexe Klimaschutz, Klimafolgenanpassung und Klimaneutralität“, so der Bürgermeister der Elbestadt. In der anschließenden Fragerunde diskutierten interessierte Bürger mit den Experten über die Möglichkeiten und Grenzen der aktuell gesetzlichen Regelungen – Heizungs- und Gebäudeenergiegesetz sind da zu nennen – und Vorgaben der Netzbetreiber, deren Zielsetzung sowie praktische Umsetzung. Zudem wurde die Entwicklung der Elektromobilität kritisch hinterfragt. Abschließend wurden die Bürger unter anderem dazu eingeladen, mögliche Standorte für den Ausbau der E-Ladeinfrastruktur innerhalb des Stadtgebietes einzubringen.

Begleitend zum laufenden Verfahren gibt es bis 21. April eine Onlinebefragung zum integrierten Klimaschutzkonzept der Stadt Aken. Der Fragebogen ist auf der Internetseite abzurufen.

MOMENT MAL

Was Nahrung für die Nerven ausmacht

Ihr Abitur hat sie 2016 am Landesmusikgymnasium in Wernigerode geschafft, nun hat die Ernährungswissenschaftlerin und angehende Psychologin Lara Opfermann eine eigene Nervennahrungsmethode entwickelt. Über ihr neues Buch „Hallo Psyche, hier ist dein Darm“ und Tipps daraus spricht für die MZ **Lucie Schmidt** mit der Expertin.



Lara Opfermann FOTO: NINA SEIDLER

Gibt es Zusammenhänge zwischen Stresssituationen und den Reaktionen des Darms?

Sobald das Gehirn etwas als Stress bewertet, wird das sympathische Nervensystem aktiviert. Das führt dazu, dass dem Darm die Energiezufuhr abgeknipst wird und hat nicht nur Folgen für die Verdauung: Es kann sich leider auch negativ auf die im Darm lebenden Mikroben, also Darmbakterien, auswirken. Besonders die sind für unsere psychische Gesundheit von großer Bedeutung, da sie Substanzen bilden, die wichtige Aufgaben vor allem im Nervensystem haben.

Kann eine gezielte Ernährung allein Einfluss auf die psychische Verfassung nehmen?

Es ist faszinierend, wie groß der Einfluss sein kann, weshalb sie auch die Basis der Nervennahrungsmethode bildet. Allerdings spielen auch andere Faktoren eine wichtige Rolle, weshalb man sich bei psychischen Erkrankungen niemals auf eine Ernährungstherapie alleine verlassen

sollte. Ein wichtiges Zitat aus meinem Buch: „Medikamente oder Verhaltenstherapien haben ihren Nutzen. Dennoch deutet vieles darauf hin, dass die Wirkung der Ernährung unterschätzt wird. Sie kann andere Therapien klug ergänzen und wirkt vor allem vorbeugend.“

Was ist dran, wenn jemand nach Nervennahrung verlangt?

Jeder Mensch braucht Nervennahrung! Allerdings ist das, was die meisten darunter verstehen, das Gegenteil von dem, was tatsächlich gut tut. Woher genau die Floskel „Ich brauche Nervennahrung“ kommt, kann ich nicht genau sagen. Vermutlich rührt es daher, dass unter Stress das Hormon Cortisol ausgeschüttet wird, wodurch der Körper kurzfristig die Energiereserven aufbraucht und der Blutzuckerspiegel ins Wanken geraten kann. Das begünstigt Heißhungerattacken und die Aufnahme von fettigem und kohlenhydratreichem Essen. Nervennahrung ist nicht nur etwas für die Psyche, sondern auch um Krankheiten wie Alzheimer oder Parkinson vorzubeugen.

Deutlich mehr Lehrstellen als Bewerber

Ausbildungsmarkt bietet Jugendlichen berufliche Zukunft in der Region.

VON SYLKE KAUFHOLD

DESSAU/KÖTHEN/MZ. Junge Menschen, die in der Region eine Ausbildungsstelle suchen, haben rein rechnerisch die Qual der Wahl. Denn den bis März bei der Agentur für Arbeit Sachsen-Anhalt Ost gemeldeten 1.029 gemeldeten Bewerbern stehen 1.879 Ausbildungsstellen gegenüber. Auszubil-

dende und damit Fachkräftenachwuchs zu gewinnen, bleibt für die Unternehmen eine schwierige Aufgabe. Auch deshalb, weil die Jugendlichen sich häufig auf bestimmte, ihnen bekannte Berufsfelder festlegen und wenig flexibel sind, wie die Berufsberater der Arbeitsagentur wissen. Beispielsweise stehen die Berufswünsche Kaufmann/-frau im Einzelhandel beziehungsweise Verkäufer/in noch immer weit oben auf der Liste der beliebtesten Berufe. Dies spiegelt sich jedoch nur zum Teil im Bedarf der Unternehmen wider, heißt es in einer Mitteilung der Arbeitsagentur. „Die Region bietet viele Branchen mit einer langfristi-

gen Perspektive. Wer sich als Bewerber nicht nur auf wenige Berufsfelder konzentriert und sich den Anforderungen der Unternehmen stellt, erhöht seine Chancen auf einen Ausbildungsplatz noch weiter“, erklärt der Chef der Arbeitsagentur Sachsen-Anhalt Ost, Olaf Ruch.

Noch sei Zeit, die Berufswahl zu überdenken. Denn das Berufsberatungsjahr endet erst im September. „Wir werden die kommenden Monate nutzen, um die Jugendlichen zu beraten“, sagt Ruch. Die Unternehmen zeigten große Bereitschaft, sich dem Wettbewerb um die Nachwuchskräfte zu stellen. „Die Prognosen des demo-

grafischen Wandels sind bei allen als Arbeits- und Fachkräftemangel spürbar. Dessen sind sich die Unternehmen bewusst und deshalb investieren sie in die Ausbildung ihres eigenen Nachwuchses.“

Die Zahl der gemeldeten Ausbildungsstellen liegt leicht unter der des Vorjahres (minus 80). Doch auch die Unternehmen können noch Angebote melden. „Die Experten des Arbeitgeber-Service unterstützen gern bei der Entwicklung geeigneter Konzepte zur Nachwuchssicherung“, sagt Ruch.

Info: Terminvereinbarungen für die Berufsberatung sind unter der Rufnummer 0800/4 5555 00 möglich.

Mitteldeutsche Zeitung

ÜBERPARTIELLICH • UNABHÄNGIG

REGIODESK DESSAU-ROSSLAU, BITTERFELD UND KÖTHEN

KÖTHENER ZEITUNG

Wallstraße 71, 06366 Köthen, Telefon: 03496/309 96 10,
E-Mail: redaktion.koethen@mz.de, Facebook: mzkoethen, X (vormals Twitter): mz_koethenLEITER REGIODESK
Steffen Brachert (sb)
0340/51 89 01 26
steffen.brachert@mz.deREGIODESK
Henrik Klemm (hk)
0340/51 89 01 16
henrik.klemm@mz.de
Simone Everts-Lang (sl)
0340/51 89 01 18
simone.everts-lang@mz.de
Janet Leine (jl)
0340/51 89 01 17
janet.leine@mz.deLOKALSPORT
Frank Neßler (fn)
0340/51 89 01 29
frank.nessler@mz.deREDAKTIONSASSISTENZ
Jana Dürr (jd)
03491/45 88 10
jana.duerr@mz.deTEAMLEITER REPORTER
Karl Ebert (keb)
03496/309 96 25
karl.ebert@mz.deREPORTER LOKALES
Stefanie Greiner (sgr)
03496/309 96 13
stefanie.greiner@mz.deDoreen Hoyer (dho)
03496/309 96 22
doreen.hoyer@mz.deUte Nicklisch (ujc), Multimedia
03496/309 96 10
ute.nicklisch@mz.de
Wolfram Schalkier (ws)
03496/309 96 12
wolfram.schalkier@mz.deSERVICE
Abo:
0345/5652233Anzeigenannahme:
0345/565 22 11

Der reguläre mtl. Bezugspreis beträgt für die gedruckte Zeitung inkl. digitaler Inhalte 46,55 Euro (inkl. Botenstellung und MwSt.) bei Lieferung durch die DPAG 53,00 Euro.