



Wenn Geflüchtete Dialekt reden ...

Der Verein „Homburger Wollen Helfen.“ bietet zusammen mit der Evangelischen Stadtmission im Rahmen des Mittwochscafés einmal im Monat Möglichkeiten der Begegnung an.

Anzeige

Dachdeckerei • Zimmerei • Holzbau

Andreas Bach
Meisterbetrieb GmbH & Co. Kg
Ulmenweg 7
66424 Homburg
Telefon: (06841) 61600
Fax: (06841) 6889155
Mobil: (0152) 22913096
info@zimmerei-andreasbach.de



Bezaubernde Wintereröffnung

Bereits zum 18. Mal öffnet der Europa-Park in der kalten Jahreszeit seine Pforten. Bis zum 6. Januar dürfen sich die Besucher auf ein Winterwunderland freuen. DIE WOCH verlost 5 x 2 Eintrittskarten.

Abschluss eines erfüllten Jahres

Schubert-Chor lädt zum Weihnachtskonzert in die katholische Kirche St. Martin



Der Bexbacher Schubert-Chor in der protestantischen Kirche Höchen.

Foto: Ruffing

BEXBACH Zum Abschluss seines 65. Jubiläumsjahres lädt der Bexbacher Schubert-Chor zu seinem traditionellen Weihnachtskonzert am 3. Adventssonntag, 16. Dezember, 17 Uhr in die katholische Kirche St. Martin in Bexbach ein. Unter dem von Philipp Jakob Siebenpfeiffer inspirierten Liedmotto „Beim dunklen Stall“ verspricht es, unter der musikalischen Leitung von Chormusikdirektor Paul O. Krick festlicher Abschluss eines erfolgreichen Konzertjahres zu werden. Bei etwa 20 Auftritten im Saarpfalzgebiet, in Rheinland-Pfalz und sogar in der Ukraine und in Polen waren die „Schuber-

tianer“ musikalische Botschafter ihrer Heimat und stets gerne gesehene Gäste.

„Beim dunklen Stall strahlt so hell hernieder“

Es schwingt also viel Dankbarkeit für ein erfülltes Jahr mit, wenn die Sänger am 3. Advent mit dem mittelalterlichen Adventshymnus „Veni, veni, Immanuel“ in die St. Martinskirche einziehen. Um den Altar versammelt stimmen sie sodann ein in den Lobgesang Mariens im „Magnificat“ aus Lourdes, im innigen „Lemberger Ave Maria“ von Vladimir Vavilov und mit dem Wallfahrtslied zur Schwarzen Madonna aus Polen „Madonno,

czarna Madonno“. Wie der Gegensatz von „dunkel“ und „hell“ im Liedmotto so wechseln sich im weiteren Programmverlauf weihnachtliche Tradition und Moderne ständig ab. Gesänge zum Weihnachtsfestkreis aus der angelsächsischen Welt wie „You Raise Me Up“ von Rolf Lovland, „All Things“ von John Rutter oder gar das swingend fetzige „Santa Claus Is Coming to Town“ von John Fred Coots sind reizvolle Gegenfarben zum Christkindwiegen aus der Romantik. Sie klingt nach u. a. im „Schlafe, holder, süßer Knabe“ von Franz Schubert, im „Leise, Jesulein, leise“ von Paul O. Krick, im „Krippenlied der

Kaschuben“ oder gar im „Drei-Königs-Lied“ des aus Mainz stammenden Romantikers Peter Cornelius. Die Solopartie darin übernimmt der junge, aus Kirrberg stammende Bariton Christian Lambert, der zuvor mit dem jungen Tenor Roland Preuss im „Magnificat“ ein solistisches Duett im Wechselgesang von Chor und Zuhörergemeinde bildet. Programme für 10 Euro (für Kinder und Jugendliche 6 Euro) gibt es an der ab 16.15 Uhr geöffneten Konzertkasse. Der Vorverkauf läuft in der Praxis Dr. Betz in Bexbach, in der Homburger Ratsapotheke (Talsstraße) sowie bei den Sängern des Schubert-Chors. red./jj

Kurz & bündig

Fast alle halten sich für gute Bürger...

Bei rund 90 Prozent der Menschen in Deutschland herrscht laut Bertelsmann Stiftung Einigkeit darüber, was einen guten Bürger ausmacht. Und die große Mehrheit hält sich für einen solchen. Bei Werten wie Respekt vor Älteren, Toleranz, Umweltbewusstsein oder „eigenverantwortlich für seinen Lebensunterhalt sorgen“ gab es hohe Zustimmungswerte zwischen 96 und 98 Prozent. Bei Befragten mit deutschen oder ausländischen Wurzeln fallen die Bewertungen ähnlich aus. Allerdings variierten die Einstellungen nach Alter und bei Bürgern in Ost- und Westdeutschland. Die Bewertung „sehr wichtig“ etwa für Toleranz, Eintreten für Mann-Frau-Gleichberechtigung, „Respekt vor anderen Religionen“ oder „Gesetze befolgen“ vergeben Menschen im Osten weniger häufig als im Westen. Zudem treten Unterschiede zwischen den Generationen zutage: So antworteten auf die Frage „Muss man in Deutschland geboren sein, um ein guter Bürger dieses Landes zu sein?“ 94 Prozent mit „Nein“ und 5 Prozent mit „Ja“. Aber: In Ostdeutschland sagten 10 Prozent „Ja“. Bei den über 60-Jährigen waren es 8 Prozent, bei den 14- bis 29-Jährigen nur 2 Prozent. Das könne ein Beleg dafür sein, dass Vielfalt für Jüngere eher gelebte Normalität sei als für Ältere.

Gelungene Deko-Aktion

Grundschüler verschönerten die Innenstadt



Und Spaß hat es auch noch gemacht.

Foto: privat

BEXBACH Reges Treiben in der Bahnhofstraße in Bexbach. Schüler aus 6 Klassen der Klassenstufe 3 und 4 der Grundschule Bexbach waren mit ihren Lehrerinnen in der Innenstadt unterwegs, um die vom Baubetriebshof der Stadt aufgestellten Weihnachtsbäume zu dekorieren. In den vergangenen Jahren wurden die Tannenbäume erstmals in Abstimmung mit dem Gewerbeverein und der Lenkungsgruppe Aktive Stadt in der fertiggestellten

Bahnhofstraße aufgestellt. Nach einer durchweg positiven Resonanz in der Bevölkerung hat sich die Stadt dazu entschlossen, diese Tradition in der Rathausstraße fortzuführen. Bürgermeister Thomas Leis bedankt sich bei Rektorin Kirstin Brunk-Schäfer für die Hilfe zum Dekorieren: „Es ist toll, dass die Grundschule mitgeholfen hat, die Tannenbäume und damit Bexbach in weihnachtlichen Glanz zu verzaubern. Im nächsten Jahr werden wir diese Aktion fortführen.“ red./jj

ANZEIGE

ALDI SÜD Meine Woche

Das aktuelle **ALDI SÜD Magazin** liegt in Teilen unserer heutigen Ausgabe bei!

aldi-sued.de

Auf **Schnäppchenjagd?** ... hier ist einiges für Sie drin!

HAMMERPREIS

DIE • WOCH

Info

Auf Grund der Weihnachtsfeiertage wird Die Woch in der KW 52 nicht erscheinen.

Der nächste Erscheinungstermin ist der **5. Januar 2019.**

Ihre **DIE • WOCH**

Weihnachts-Sonderauslosung am 19. und 22. Dezember mit **SUPER 6** oder Spiel 77

40 AUTOS

nur im Saarland zu gewinnen.

5x BMW X2 sDrive18i Advantage Peugeot 208 Renault Twingo

Spielteilnahme ab 18 Jahren - Glücksspiel kann süchtig machen - Kostenlose Hotline der BzGA 0800 1 372700 Infos unter www.saartoto.de

LOTTO Saartoto

Entdecken Sie in der kommenden Ausgabe des **WOCHENSPIEGEL** die lebendigen **Augmented Reality**-Inhalte. Alle Inhalte sind mit dem Icon **AR** gekennzeichnet.

Jetzt gratis downloaden.

WO

App Store Google Play

Unser Weihnachts-geschenk für Sie!

20%* bis 4 Teile Ihrer Wahl Gutschein Nr. 1 gültig bis 07.01.2019

20%* bis 4 Teile Ihrer Wahl Gutschein Nr. 2 gültig bis 07.01.2019

Feuerwerk 1/2 PREIS vom 28.12.2018 bis 31.12.2018

25%* bis 2 Teile Ihrer Wahl Textilgutschein Nr. 3 gültig bis Mo., 24.12.2018

20%* bis 4 Teile Ihrer Wahl Gutschein Nr. 4 gültig bis 07.01.2019

20%* bis 4 Teile Ihrer Wahl Gutschein Nr. 5 gültig bis 07.01.2019

* Gutschein abtrennen und vor dem Bezahlen an der Kasse abgeben
* Der Gutschein ist nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar
* Ausgenommen Werbeware/Rot-, Grünpreisaktionen/Kleinstpreis (Schuhe 10%)
* Einsetzbar ab Bonhöhe 5,- €

Brinkmann Mode und mehr Da- & He-Mode Da- & He-Wäsche Strümpfe & Accessoires Schreibwaren Haushaltswaren, 1€uro

Homburg • Talsr. 38 • Tel.: 0 68 41 - 93 40-0 **brinkmann-spc.de** **SAAR PFALZ CENTER**



Gelungener JubiläumsSaltoCup der STJ

ERBACH Vor kurzem veranstaltete die Saarländische Turnjugend erneut den jährlich stattfindenden SaltoCup im Sportzentrum Homburg-Erbach. Nach einem gemeinsamen Warm-Up mit Toni Turnmaus bestritten über 600 Kinder aus 30 Vereinen jeweils insgesamt fünf Disziplinen aus

den Bereichen Turnen, Fitness und Geschicklichkeit. Die Teilnehmer konnten z.B. auf dem Schwebebalken, beim Gaudisprint, beim Seilspringen oder auf dem Minitramp ihr Können unter Beweis stellen. Die Bewertung der einzelnen Disziplinen übernahmen qualifizierte Trainer der STJ. Abschlie-

send wurde nach dem Vereinsspiel eine Siegerehrung gefeiert. Der glückliche Gewinner-Verein war in diesem Jahr der TV Schaffhausen, dicht gefolgt vom TV Pflugscheid-Hixberg (Platz 2) und dem TUS von 1884 St. Arnual (Platz 3). red./jj / Foto: privat

Zähler werden abgelesen

KIRKEL Bis zum 18. Dezember werden die Strom-/Gas- und Wasserzähler, einschließlich der Photovoltaik- und Blockheizkraftwerkzähler, von einem Dienstleister der GWK abgelesen.

Es handelt sich um Mitarbeiter der KEW Neunkirchen, die sich mit einem Dienstausweis legitimieren können. Die Ableser sind von montags bis freitags zwischen 8 und 18 Uhr und samstags zwischen 9 und 15 Uhr unterwegs. Kunden, die zur Ablesung nicht angetroffen werden, erhalten eine Benachrichtigungskarte, auf welcher die Zählerstände und das Ablesedatum auf dem Postweg (portofrei) mitgeteilt werden können.

Neu ist die Einrichtung einer Landingpage für Zählerstandmeldungen zur Homepage www.gwkirkel.de. Mit Eingabe des Nachnamens, einer Zählernummer und der Straße werden alle dazugehörigen Zähler des Kunden angezeigt und können direkt mit dem Zählerstand ergänzt und übermittelt werden. red./jj



Der Sandkasten im CJD ist fertig

SCHWARZENBACH Zum zweiten Male innerhalb kurzer Zeit hat sich der Rotary Club Homburg-Zweibrücken mit einem sogenannten Hands-on-Projekt im Christlichen Jugenddorf Deutschland (CJD) im Homburger Stadtteil Schwarzenacker nützlich gemacht. Erst neulich hatten für das Außengelände

des dortigen Mutter-und-Kind-Hauses Rotarier zusammen mit Jugendlichen und Ausbildern einen 65 Meter langen Zaun gebaut und auch das Material dafür gestiftet. Nun haben die Rotarier das damals abgegebene Versprechen, noch einen Sandkasten zu bauen, wahrgemacht. Gemeinsam mit

Jugendlichen und Fachleuten des Jugenddorfs ist der neue Sandkasten vor dem Mutter-und-Kind-Haus entstanden – dankbar angenommen von den jungen Müttern und ihren Kindern, die im kommenden Frühjahr ihre Freude daran haben werden. red./jj / Foto: Brachtendorf

ANZEIGE

APOTHEKE AM ENKLERPLATZ

Namenswechsel nach 10-jährigem Bestehen der Apotheke DocMorris

Zum 1. Dezember änderte die DocMorris Apotheke in Homburg ihren Namen zu „Apotheke am Enklerplatz“ – Standort, Team und Monatsangeboten mit Rabatten von bis zu 40 Prozent bleiben der Kundschaft jedoch erhalten.

Als besonderes Angebot für ihre Kunden hält die Apotheke am Enklerplatz Rabattheft bereit. „Unter dem Motto ‚Gib mir 5‘ gibt es ab einem Einkauf ab 10 Euro jeweils einen Punkt, bei 10 Punkten werden 5 Euro vergütet“, erklärt Sonja Friedrich noch ein besonderes Special. Neben der sehr umfangreichen Auswahl an Präparaten auf Rezept findet man auch eine Fülle von rezeptfreien Medikamenten, Gesundheits- und Pflegeprodukten. Bei Rezepten prüft die Apotheke sogar, ob ein Medikament

zuzahlungsfrei für den Kunden abgegeben werden kann um dem Kunden weitere Kosten zu ersparen. Das Team um Sonja Friedrich – bestehend aus je drei Apothekern und Angestellten – berät Kunden individuell bei der Findung zum entsprechenden Produkt. „Hierzu zählt es auch von gewissen Produkte abzuraten“, so die Apothekerin, die Produktneueinführungen, vor allem im Bereich der Kosmetika, an sich selbst ausprobiert um entsprechende Empfehlungen aussprechen zu können. Die Fachapothekerin für Offizin-Pharmazie erklärt, dass jeder Mitarbeiter seine eigenen Schwerpunkte hat. So z. B. Yasmin Ramke, die für das kaufmännische und die Kosmetik zuständig ist. Die Pharmazeutisch Kaufmänni-

sche Angestellte absolvierte sogar schon ihre Ausbildung in der DocMorris Apotheke. Herr Boulbol steht arabischsprachigen Kunden mit seinen Arabischkenntnissen gerne Rede und Antwort. Damit das Team viel Zeit für die Kundenberatung investieren kann, arbeitet im Hintergrund der Apotheke hochmoderne Technik. Dabei läuft im Hintergrund eine Kommissionierungsanlage, die 22.000 Artikel verwaltet. Geöffnet hat die Apotheke am Enklerplatz, in der Homburger Talstraße, von montags bis freitags jeweils durchgehend von 8 bis 18.30 Uhr, samstags von 9 bis 13 Uhr. Telefonisch ist sie unter Tel. (0 68 41) 9 82 50 89 erreichbar. red./jj

Wir ändern unseren Namen – und zwar nur unseren Namen!

Aus ~~DocMorris~~ wird: **Apotheke**
AM ENKLERPLATZ

Das Apothekenteam, der Standort sowie Rabatte von bis zu 40% bleiben unverändert!

Angebote des Monats Dezember

<p>BIS ZU 40% SPAREN GUTSCHEINE</p> <p>Grippepostad C** 24 St. Hartkapseln</p> <p>JETZT NUR 7,80 € 12,97 €*</p>	<p>40% NUR DIESEN MONAT</p> <p>Dolormin extra** 20 St. Filmtabletten</p> <p>JETZT NUR 8,17 € 10,89 €*</p>	<p>25% SPAREN</p> <p>WICK VapoRub Erkältungssalbe** 50 g</p> <p>JETZT NUR 9,00 € 11,25 €*</p>	<p>20% SPAREN</p> <p>Angocin Anti-Infekt N Filmtabletten 100 St.</p> <p>JETZT NUR 13,59 € 16,99 €*</p>
<p>20% SPAREN</p> <p>Clearblue Digital mit Wochenbestimmung 1 St. Test</p> <p>JETZT NUR 12,17 € 15,21 €***</p>	<p>25% SPAREN</p> <p>Omepr Hexal 20 mg** 14 St. magensafr. Hartkapseln</p> <p>JETZT NUR 8,98 € 11,97 €*</p>	<p>30% SPAREN</p> <p>Hoggar Night Tabletten** 20 St.</p> <p>JETZT NUR 7,69 € 10,98 €***</p>	<p>20% SPAREN</p> <p>Algovir Erkältungsspray 20 ml</p> <p>JETZT NUR 10,86 € 13,58 €*</p>
<p>25% SPAREN</p> <p>Iberogast** 20 ml Flüssigkeit</p> <p>JETZT NUR 7,96 € 10,61 €*</p>	<p>25% SPAREN</p> <p>Umcaloabo 20 ml</p> <p>JETZT NUR 7,65 € 10,20 €*</p>	<p>20% SPAREN</p> <p>Boxa Grippal Erkältungssaft 100 ml</p> <p>JETZT NUR 7,98 € 9,97 €*</p>	<p>20% SPAREN</p> <p>Priorin 120 Kps.</p> <p>JETZT NUR 37,70 € 47,12 €*</p>
<p>25% SPAREN</p> <p>XyloDuo-ratio Nasenspray** 10 ml</p> <p>JETZT NUR 4,31 € 5,75 €***</p>	<p>20% SPAREN</p> <p>Vomex A Dragees 50 mg** 10 St. überzogene Tabletten</p> <p>JETZT NUR 3,96 € 4,95 €*</p>	<p>Highlights des Monats</p>	
<p>25% SPAREN</p> <p>Voltaren Schmerzgel 180 g</p> <p>JETZT NUR 15,91 € 21,21 €*</p>	<p>20% SPAREN</p> <p>Imodium akut lingual** 12 St. Schmelztabletten</p> <p>JETZT NUR 9,18 € 11,47 €*</p>	<p>30% SPAREN</p> <p>Dolo-Dobendan 1,4 mg/10 mg** 24 St. Lutschtabletten</p> <p>JETZT NUR 6,98 € 9,97 €*</p>	<p>30% SPAREN</p> <p>Sinupret extract** 20 St. überzogene Tabletten</p> <p>JETZT NUR 9,87 € 14,10 €*</p>
<p>25% SPAREN</p> <p>Vagisan Feucht Creme 50 g</p> <p>JETZT NUR 12,78 € 15,98 €*</p>	<p>Nicht vergessen</p> <p>Ganz gleich, ob Kasse oder Privat: Ihr Rezept und Rezepturen Ihres Arztes können Sie natürlich auch wie gewohnt in jeder DocMorris Apotheke einlösen. Wir beraten Sie gerne!</p>		<p>30% SPAREN</p> <p>Kytta Schmerzsalbe** 100 g</p> <p>JETZT NUR 10,49 € 14,99 €*</p>



Neuer Name, gewohnte Qualität: Die Apotheke am Enklerplatz.

Foto: Thomé

DocMorris Apotheke Homburg Zentrum
Apothekerin Sonja Friedrich e.K.
Talstraße 9 | 66424 Homburg | Telefon 06841-9825089 | Fax 06841-9824530
Geöffnet: Mo – Fr: 08.00 – 18.30 Uhr | Sa: 09.00 – 13.00 Uhr

Apotheke
AM ENKLERPLATZ

Bezaubernde Winteröffnung im Europa-Park

Der Europa-Park – ein festlich geschmücktes Winterwunderland

**DIE • WOCH
VERLOST!**

Gewinnen Sie mit **DIE • WOCH** 5 x 2 Karten für den Europa-Park. Wir wollen von Ihnen wissen: **„Wieviele Tannenbäume sind im Europa-Park in der Weihnachtszeit zu sehen?“** Geben Sie Ihre Lösung telefonisch durch (50 Cent aus dem Festnetz der deutschen Telekom, Mobilfunkpreise können abweichen): (013 78) 102034. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden benachrichtigt und online veröffentlicht. Teilnahme ab 18 Jahren möglich. Teilnahmeschluss ist der 21. Dezember.

SAARBRÜCKEN Bereits zum 18. Mal öffnet Deutschlands größter Freizeitpark in der kalten Jahreszeit seine Pforten. Vom 24. November bis zum 6. Januar 2019 (außer 24./25. Dezember) sowie am 12. und 13. Januar dürfen sich die Besucher des Europa-Park wieder auf ein festlich geschmücktes Winterwunderland freuen: 3000 verschneite Tannenbäume, 10000 Christbaumkugeln und Tausende von Lichtern sorgen für strahlende Gesichter bei Groß und Klein. Schon von fern lockt das bunte Riesenrad „Bellevue“. Darüber hinaus garantieren ein faszinierendes Showprogramm, stimmungsvolle Weihnachtsmärkte sowie viele glanzvolle Highlights unvergessliche Momente. Auch im Winter warten in 15 europäischen Themenbereichen rasante Fahrattraktionen* und spannende Aben-



teuer auf die ganze Familie. Nach dem einzigartigen Vergnügen können sich die Gäste in den komfortablen Europa-Park Hotels oder im rustikalen Camp Resort fallen lassen, entspannen und die besinnliche Atmosphäre genießen. Der Europa-Park ist in der Wintersaison vom 24. November bis zum 6. Januar 2019 (außer am 24./25. Dezember) sowie zusätzlich am 12. und 13. Januar 2019 täglich von 11 bis mindestens 19 Uhr geöffnet. Weitere Informationen auch unter www.europapark.de. red./jb/Foto: Europa-Park



Rolf Buchholz (links), Vorsitzender des LC Sulzbach, Tobias Blum, Sieger des Silvesterlaufs 2017, und Manfred Kölzer, Vorsitzender der LSG Saarbrücken-Sulzbachtal (rechts), stellten den diesjährigen Silvesterlauf vor. Foto: Bastian

44. Saarbrücker Silvesterlauf

Traditionsreiche Strecke über 10 km mit Start und Ziel an der Sportschule

SAARBRÜCKEN Nach mehr als 30 Jahren wird der 44. Silvesterlauf wieder als Saarbrücker Silvesterlauf stattfinden. Nachdem der Titelsponsor nicht mehr zur Verfügung steht, wird die LSG Saarbrücken-Sulzbachtal ihre Traditionsveranstaltung am Sonntag, dem 30. Dezember, zwar in neuem Outfit, aber in gewohnter Form durchführen. Von einem Fachmagazin wurde 1996 der Saarbrücker Silvesterlauf zum bestbesetzten Silvesterlauf Europas gewählt. Medaillengewinner bei Olympischen Spielen, Welt- und Europameisterschaften sowie Deutsche Meister prägen die Veranstaltung. Erst beim 43. Internationalen Silvesterlauf kamen die Siegerin und der Gesamtsieger wieder einmal aus Deutschland. Mit Elena Burkhard von der LG farbex Nord-schwarzwald gewann 2017 die Deutsche Crosslaufmeisterin und 6. der Europameisterschaften von Berlin im 3000 Meter-Hindernislauf vor der kenianischen Konkurrenz. Bei den Männern gab es mit Tobias Blum (LC Rehlingen) nach 28 Jahren wieder einmal einen

saarländischen Sieger. Der Saarbrücker Silvesterlauf ist bei den Teilnehmern aus Frankreich sehr beliebt. In jedem Jahr nehmen mehr als 400 Läuferinnen und Läufer aus unserem Nachbarland an diesem Lauf-Event teil. Das besondere Flair dieser Veranstaltung entsteht vor allem dadurch, dass Spitzensportler, Breitensportler und Hobbyläufer gemeinsam an den Start gehen, um beim letzten Lauf des Jahres ihren Leistungsstand zu testen. Dabei stellt das wellige Profil der Traditionsstrecke höchste Anforderungen an alle Teilnehmer. So gilt für viele das Motto „Ankommen ist das Ziel“. Unter diesem Aspekt sind auch die Streckenrekorde zu sehen, die mit 30:05 min von Paul Kipkorir und Elena Burkhard in 34:46 min gehalten werden. Die 10-km-Laufstrecke ist amtlich vermessen, damit können die Teilnehmer in Bestenlisten aufgenommen werden. Der Lauf kann auch bei Schnee stattfinden, da eine Ausweichstrecke über 10,5 km durch das Gelände der Universität des

Saarlandes zur Verfügung steht. In der 44-jährigen Geschichte ist es erst einmal (1995) vorgekommen, dass der Lauf kurzfristig abgesagt werden musste. Mit der Ausrichtung des 44. Silvesterlaufes werden auch einige Änderungen durchgeführt. So werden wieder die drei erstplatzierten Kinder und Schüler in allen Wertungsklassen zusätzlich geehrt. Der 4,4-km-Lauf wurde nicht nur umbenannt in „Lauf um die Hermann-Neuberger-Sportschule“, sondern in diesem Lauf werden die Jugendklassen U18 und U20 an den Start gehen. Auch werden in diesem Jahr nicht die größten vorangemeldeten Teilnehmergruppen geehrt, sondern die größten Gruppen oder Vereine im Zieleinlauf. Eine weitere Neuheit stellt auch die Ausgabe von Startnummern mit integriertem Zeitmess-Chip dar. Dadurch wird die Teilnahme für alle Läuferinnen und Läufer sowie für das Organisationsteam vereinfacht. Die Siegerehrungen für die einzelnen Wertungsklassen sind zeitnah an-

gesetzt, so dass die gesamte Veranstaltung in kompakter Form durchgeführt werden kann. Für Teilnehmer, die nicht auf die Siegerehrungen warten möchten, besteht die Möglichkeit, im Internet die Ergebnisliste einzusehen und die Urkunde auszudrucken. Für die sechs erstplatzierten Frauen und Männer sowie die drei erstplatzierten Saarländerinnen und Saarländer stehen wieder Geldpreise zur Verfügung. Die Voranmeldung erfolgt bis 24. Dezember unter www.silvesterlauf-sb.de. Aufgrund des jährlichen großen Andrangs bei der Startnummernausgabe ist es sinnvoll, möglichst zeitig vor Ort zu sein. Die Ausgabe der Startunterlagen erfolgt am Samstag, dem 29. Dezember, von 16 bis 18 Uhr, oder am Wettkampftag ab 10.30 Uhr. Nachmeldungen sind auch noch am Veranstaltungstag möglich. Parkflächen stehen kostenlos auf dem Parkdeck der Universität und dem Gelände der Hermann-Neuberger-Sportschule zur Verfügung. eb

KULTUR-TIPPS

Night Flight Orchestra landet in der Garage

SAARBRÜCKEN Am Montag, 17. Dezember, 20 Uhr wird das Night Flight Orchestra seine außerirdischen Umlaufbahn verlassen und den Kleinen Klub der Garage erobern. Der Ort wird für eine ganz besondere Nacht ein Palast der Sünde, wo der Alkohol in Strömen fließt, die Einsätze höher sind und alle Frauen verdeckte Raumkommandanten sind. Darüber hinaus wird das Night Flight Orchestra die Hammer-Rockshow des Jahres auf die Beine stellen. Mit an Bord sind Black Mirrors aus Belgien.

Ton Steine Scherben akustisch

SAARBRÜCKEN Ton Steine Scherben sind wieder auf Tour! All die rotzige Schönheit der Scherben jetzt endlich wieder hautnah live. Mit den beiden Ur-Scherben Kai Sichtermann (Bassist seit 1970) und Funky K. Götzner (Schlagzeuger seit 1974, jetzt Cajón) geht das groovende Grundgerüst der vielleicht legendärsten Band Deutschlands auf Tour, um den Zauber der Lieder Rio Reisers und der

Scherben zurück auf die Bühne zu bringen. Ein solches Projekt steht und fällt mit dem Frontmann, und da hätten Kai und Funky keinen besseren finden können als Gymnick, charismatischer Songpoet aus Nürnberg. Mit seiner Aura und seiner Stimme kommt er dem Vorbild Rio Reisers so nahe wie keiner zuvor und schafft es dabei doch, eine faszinierende ganz eigene Persönlichkeit zu bleiben. Der Traum ist noch lange nicht aus, die Bühne steht immer noch in Flammen, respektvoll, zärtlich und doch voller durchgeknallter Lebensfreude zelebriert das Trio ein Stück Musikgeschichte, das heute so brennend aktuell ist wie in den rebellischsten Anarchozeiten der wilden 70er. Am Freitag, 21. Juni, 20 Uhr, kommen sie in den Kleinen Klub der Garage.

Özcan Cosar: Was für ein Schalk!

SAARLOUIS Özcan Cosar zeigt in „Old School“ klare Kante: Die Zukunft kann ihn mal! In seinem neuen Solo „Old School – Die Zukunft kann warten“ zeigt Özcan Cosar, dass er mit der Zukunft nichts am Hut hat, lieber im Heute lebt und das Vergange-



ne gerne auf die Schippe nimmt. Er blickt mit Augenzwinkern zurück auf seine eigene Vita als kultureller Zwitter, cooler Breakdancer, der Russengangs in Schach hält, oder multitalentierter Sohn, mal auf Abwegen, mal auf Kuschelkurs mit dem Vater. Dabei spannt er den Bogen weit über die eigene Geschichte hinaus, gestaltet historische Details neu – ja, stellt sie sogar auf den Kopf und malt sich die erste Mondlandung in türkischer Variante aus. Was für ein Schalk! Özcan Cosar zeigt einmal mehr seine große Beobachtungsgabe, sein schauspielerisches Talent, seine Kreativität und Spontaneität. Am Freitag, 4. Oktober 2019, 20 Uhr, ist er zu Gast im Theater am Ring. Karten für die drei Events gibt es u.a. in allen Verlagsbüros von WOCHENSPIEGEL und DIE WOCH saarlandweit und unter www.Wochenspiegel-Online.de/tickets. red./jj / Foto: Maschke

EVENT-TIMER

MONTAG, 17. 12.

The Night Flight Orchestra
20 Uhr, Garage, Kleiner Klub, Saarbrücken

Peterchens Mondfahrt
9 + 11.30 Uhr, Staatstheater, Großes Haus, Saarbrücken

DIENSTAG, 18. 12.

Steuerfreimoney
20 Uhr, Garage, Kleiner Klub, Saarbrücken

Peterchens Mondfahrt
9 + 11.30 Uhr, Staatstheater, Großes Haus, Saarbrücken

Die Csárdásfürstin
19.30 Uhr, Staatstheater, Großes Haus, Saarbrücken

Winnetou
19.30 Uhr, Alte Feuerwache, Saarbrücken

MITTWOCH, 19. 12.

Götz Widmann
20 Uhr, Garage, Kleiner Klub, Saarbrücken

Peterchens Mondfahrt
11 Uhr, Staatstheater, Großes Haus, Saarbrücken

Bouvard & Pécuchet
20 Uhr, Le Carreau, Forbach

Spiegelungen

19.30 Uhr, Staatstheater, Großes Haus, Saarbrücken

Tod auf dem Lande

19.30 Uhr, Alte Feuerwache, Saarbrücken

Melodien für Millionen

21 Uhr, sparte4, Saarbrücken

DONNERSTAG, 20. 12.

Florian & Franziska Glemser
19.30 Uhr, Saalbau, Homburg

Guido Horn & Die orthopädischen Strümpfe
20 Uhr, Garage, Saarbrücken

Chorwurm
20 Uhr, Congresshalle, Saarbrücken

La Traviata
19.30 Uhr, Staatstheater, Großes Haus, Saarbrücken

FREITAG, 21. 12.

Tiavo
20 Uhr, Garage, Kleiner Klub, Saarbrücken

Die tote Stadt
19.30 Uhr, Staatstheater, Großes Haus, Saarbrücken

Après Ski Party
23 Uhr, Garage, Saarbrücken

Der Streit

19.30 Uhr, Alte Feuerwache, Saarbrücken

Mélo! Maladie! Mélodrame!

20 Uhr, sparte4, Saarbrücken

SAMSTAG, 22. 12.

Lake
20 Uhr, Musikpark, Homburg

Sedlmeir & Thee Cherylinas
20 Uhr, Garage, Kleiner Klub, Saarbrücken

Born to be wild
21 Uhr, Garage, Saarbrücken

80s Pop & Wave
23.30 Uhr, Garage, Kleiner Klub, Saarbrücken

Peterchens Mondfahrt
11 Uhr, Staatstheater, Großes Haus, Saarbrücken

Advent, Advent
16 Uhr, Staatstheater, Mittelfoyer, Saarbrücken

Substanz 19
19.30 Uhr, Alte Feuerwache, Saarbrücken

SONNTAG, 23. 12.

Alexander Kunz Theatre
19.30 Uhr, DFG, Saarbrücken

EVENTSHOOTS



Mit Kindern um die ganze Welt

Gut geplant sind Fernreisen ein entspannendes Erlebnis für die ganze Familie

Früher Globetrotter, heute Nahurlauber - viele passen automatisch ihren Reisetil an, wenn Kinder mit von der Partie sind. Das muss nicht sein. Schließlich gibt es viele exotische Reiseziele, die sich auch als Familie unproblematisch bereisen lassen. Costa Rica etwa, das ungefähr so groß wie die Schweiz ist, verfügt über westlichen Lebensstandard und eine gute Verkehrs-Infrastruktur. Aufgrund der vergleichsweise kurzen Distanzen ist das vielseitige mittelamerikanische Land mit seinen 40 Nationalparks ein ideales Reiseziel für Selbstfahrer. Aber auch Sri Lanka und Thailand lassen sich kindgerecht bereisen, nämlich am besten mit einem Privatchauffeur und einem deutschsprachigen Reiseleiter.

Elefanten-Safari und Wale beobachten

Wer wissen möchte, wo die kinderfreundlichsten Reiseziele, Sehenswürdigkeiten und Unterkünfte liegen, kann sich beispielsweise von der Webseite www.travelkid.at inspirieren lassen. Zu finden sind dort nicht nur informative E-Prospekte, sondern auch ausführliche Beschreibungen von Rundreisen durch die verschiedenen Länder sowie zahlreiche Reiseberichte. Patrice Kragten, Geschäftsführerin von Travelkid, nimmt sich auch gerne persönlich Zeit, um mit Interessenten letzte Bedenken am Telefon auszuräumen. Die in Österreich lebende Holländerin hat alle Destinationen mit ihrer Tochter be-



Bunte Pflanzen und Tiere, rauchende Vulkane und viel Dschungel: In den 40 Nationalparks von Costa Rica gibt es viel zu entdecken.
Foto: djd/Travelkid Fernreisen GmbH & Co. KG

reist und stellt - je nachdem, ob man mit Kleinkindern, Schulkids oder Teenagern on Tour gehen möchte - maßgeschneiderte Touren zusammen. In jedem Fall wichtig, so Kragten, sei die Kombination aus vielen kleinen Abenteuern und Ruhepausen.

Regenwälder, Vulkane und viele bunte Tiere

Bei der familienfreundlichen Rundreise durch Sri Lanka etwa stehen unter anderem eine Zugfahrt durch Teeplantagen und Reisfelder, eine Radtour durch die alte Königsstadt

Polonnaruwa, eine Elefanten-Safari im Yala Nationalpark mit Übernachtung im Zelt sowie eine Walbeobachtungstour per Boot auf dem Programm - aber auch erholsame Tage am Strand.

Die Rundreise durch Costa Rica - dem Land der pazifischen und karibischen Küsten, der mystischen Regenwälder und rauchenden Vulkane - lässt ebenfalls viel Raum für eine individuelle Tagesgestaltung.

„Nicht versäumen sollte man ein Bad in den Thermalquellen von Hot Springs, von denen

man den Ausblick auf den Arenal genießen kann, oder einen Ausritt am Fuße des Vulkans“, empfiehlt Patrice Kragten. Liebhaber von farnefrohen Tier- und Pflanzenarten kommen in Costa Rica voll auf ihre Kosten. Am Strand von Tortuguero an der Ostküste befindet sich zum Beispiel das weltweit größte Schutzgebiet für Meeresschildkröten. Und im Waisenhaus für Faultiere in der Nähe des Cahuita Nationalparks kann man auch die Langsamkeit für sich neu entdecken.
djd/eck

Bühnenspektakel und andere Highlights

Mit Musical-Paketen wird der Kurzurlaub besonders abwechslungsreich

Ob Klassiker wie „Starlight Express“ und der „Glöckner von Notre Dame“ oder neuere Produktionen wie „Tarzan“ und „Ghost“: Musicals ziehen Besucher an. So kamen 2017 rund drei Millionen Besucher allein nach Hamburg, um ein Musical zu sehen. Auch 2019 können sich Kulturgebeister auf viele bekannte und neue Produktionen freuen - in großen und kleineren Städten.

Musicalbesuch mit Stadtbesichtigung

„Viele Gäste wollen aber nicht nur das Bühnenspektakel sehen, sondern verbinden den Musicalbesuch mit weiteren Kulturangeboten oder einer ausgiebigen Stadtbesichtigung. So wird schnell ein abwechslungsreicher Kurzurlaub von mehreren Tagen daraus“, weiß Henry Leitmann, Gründer der Reise-Plattform [Kurzurlaub.de](http://www.kurzurlaub.de). Gefragt seien Reisepakete, die weitere Extras umfassen.

Zwei Übernachtungen, Frühstück, ein Drei-Gang-Menü inklusive Getränke sowie die Hamburg Card und Eintrittskarten für die Musicals „Aladdin“, „König der Löwen“ oder „Mary Poppins“ bietet zum Beispiel ein Reisepaket in Hamburg. Das Arrangement im Drei-Sterne-Hotel Zeppelin ist ab 270 Euro erhältlich und kann - wie auch weitere Musicalreisen - unter www.kurzurlaub.de direkt gebucht werden.

Mit der Hamburg Card können Gäste die öffentlichen Verkehrsmittel nutzen und bekommen viele Vergünstigungen, etwa auf Hafen-, Alster-



Musical-Fans wird zum Jahresende und in 2019 viel geboten.
Foto: djd/www.kurzurlaub.de/Stage Entertainment/Jan Potente

ANZEIGE

und Stadtrundfahrten oder Museumsbesuche.

Fans der Musik-Legende Tina Turner können sich in Hamburg ab März 2019 auch auf das Musical „Tina“ freuen. Es erzählt die Lebens- und Musikgeschichte der berühmten Sängerin.

In Berlin lassen sich Sightseeing und Bühnenerlebnis ebenso perfekt miteinander verbinden. Tagsüber können Gäste bekannte Highlights wie Reichstagsgebäude, Museumsinsel und East Side Gallery besuchen und sich abends bei „Hinterm Horizont“ oder „Tanz der Vampire“ unterhalten lassen. In Stuttgart wiederum lockt unter anderem Disneys monumentales Werk „Der Glöckner von Notre Dame“.

Doch auch in kleineren Städten wie Füssen lohnt eine Reise. Hier hebt sich der Vorhang für das Musical „Ludwig II“ mit der Musik von Konstantin Wecker. Mit dem Arrangement „Ludwig II Wintertraum“ können Gäste in die Welt des bayerischen Märchenkönigs eintauchen.

Das Reisepaket mit zwei Übernachtungen und Frühstücksbuffet (ab 209 Euro pro Person) enthält neben den Musicalkarten auch den Eintritt in das berühmte Schloss Neuschwanstein.

Und da die königliche Kristall-Therme in Schwangau, die Tegelseebahn, Schloss Hohenschwangau nicht weit entfernt sind, steht einem abwechslungsreichen Kurzurlaub nichts im Wege.
djd/eck

ANZEIGE

DAS PHANTOM DER OPER
ROMAN: Gaston Leroux
Die Originalproduktion von A. Gerber und P. Wilhelms
12.1. Saarbrücken - Saarlandhalle

Die erfolgreichste Musicalgala!
Die Nacht der Musicals
TANZ DER VAMPIRE FROZEN ROCKY KÖNIG DER LÖWEN ELISABETH CATS UVM.
2.2. ZW 10.2. MZ 14.3. SB 25.3. TR
- Festhalle - Stadthalle - CGS - Europahalle -
VK: Hotline 01806-570 066 (Efr. 20ct/Anr. Mobil 60ct/Anr.)
+ an allen bek. VVK-Stellen + www.asa-event.de



gudd-gess.de

Schlemmen und genießen mit dem WOCHENSPIEGEL und DIE WOCH

ANZEIGE



Fasten auf die sanfte Tour

Entschlacken und trotzdem satt werden - basisch funktioniert's

Beim Thema Fasten scheiden sich die Geister - die einen genießen den bewussten Verzicht auf feste Nahrung und die befreiende Wirkung auf Körper und Seele. Anderen fällt bereits der Gedanke daran, mehrere Tage nichts zu essen, schwer.

Dabei zeigen zahlreiche Studien, dass Fasten für die Gesundheit von großem Wert sein kann. Unter ärztlicher Aufsicht wird es beispielsweise bei Patienten mit chronischen Entzündungen wie Rheuma eingesetzt.

Gezieltes Entsäuern und Entschlacken funktioniert aber auch ohne radikalen Verzicht, zum Beispiel mit Basenfasten. Weil essen dabei erlaubt ist, passt es gut in den Alltag.

Einmal auf Neustart

Beim Basenfasten geht es darum, das Gleichgewicht von Säuren und Basen im Körper wiederherzustellen. Dieses ist bei den meisten von uns aus dem Takt, unter anderem, weil viele Lebensmittel, darunter Fleisch und andere tierische Produkte, Zucker, weißes Mehl, Kaffee oder Softdrinks überwiegend saure Stoffwechselprodukte bilden, die nur teilweise ausgeschieden werden können. Den Überschuss deponiert der Körper als Schlacken im Gewebe. „Aus naturheilkundlicher Sicht wirken sie dort wie Blockaden auf Stoffwechsel und Selbstheilungs-



Basisch in den Tag: Ein Frühstück aus Getreideflocken macht satt und wirkt entsäuernd.
Foto: djd/Jentschura International/nenet - shutterstock

kräfte“, weiß Jana Jentgen, Diplom-Ernährungswissenschaftlerin bei Jentschura International in Münster. „Müdigkeit, Erkältungsneigung und Antriebsarmut gehören ebenso zu den möglichen Folgen wie Übergewicht und Bindegewebsschwäche.“

Mit Schwung durchstarten

Für eine basische Fastenkur sollte man rund vier Wochen einplanen, denn der Körper

wird sanft von überschüssigen Säuren befreit.

An erster Stelle steht die basische Ernährung. Saisonales Gemüse und Obst sowie Karottensäfte sind die wertvollsten Basenlieferanten. Hochwertige Öle, Nüsse und Getreide wie Hirse und Buchweizen sind ebenfalls erlaubt. „Besonders wichtig ist es, während des Basenfastens viel zu trinken, damit Schlacken buchstäblich

aus dem Gewebe gespült werden können“, erklärt Jana Jentgen.

Rund zwei Liter stilles Wasser pro Tag sollten es sein. Auch Kräutertees können die Entschlackung ankurbeln. Spezielle Mischungen, etwa „7x7-Kräutertee“, gibt es in Reformhäusern und Bioläden. Empfohlen wird, mit ein bis zwei Tassen Tee pro Tag zu starten und die Menge langsam auf ein

bis anderthalb Liter pro Tag zu steigern. Da Säuren auch über die Haut ausgeschieden werden, können regelmäßige Bäder, Peelings und Wickel mit basischen Körperpflegesalzen (zum Beispiel „MeineBase“) die Kur sinnvoll unterstützen. Wer mehr wissen möchte: Genaue Fastenpläne, Rezeptideen und weitere Infos zu basischer Ernährung gibt es auch unter p-jentschura.com.
djd/eck

DER AOK GESUNDHEITSTIPP:

Gesunde Ernährung für Schulkinder - Gesunde Energie für konzentriertes Aufpassen und Lernen

Eva-Maria Elberskirch, Leiterin der Gesundheitsberatung bei der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland

„Gesundem Essen und Trinken im Schulalltag kommt eine große Bedeutung zu“, sagt Eva - Maria Elberskirch, Ernährungsexpertin der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland - Die Gesundheitskasse. Wenn sich Schulkinder abwechslungsreich, fettarm und vitaminreich ernähren, wirkt sich das positiv aus, denn gesunde Kost stärkt die Aufmerksamkeit, das Erinnerungs- und Reaktionsvermögen und letztlich die Konzentrationsfähigkeit. Auf lange Sicht senkt eine bewusste Ernährung das Risiko für ernährungsbedingte Krankheiten wie z. B. Bluthochdruck und Diabetes mellitus.

Frühstück

Mit einem gesunden, ausgewogenen Frühstück meistert man den Tag am besten. Dazu gehört: Müsli mit Früchten und Joghurt, Vollkornbrot und Vollkornbrötchen mit beispielsweise Frischkäse. Diese liefern langfristig Energie und viele wichtige Nährstoffe. Als Getränk eignen sich ein Glas Milch, verdünnter Fruchtsaft oder ungesüßter Früchte- oder Kräutertee.

Das Pausenbrot

Besonders wichtig ist dies für alle, die morgens nur wenig gefrühstückt haben. Geeignet sind: Obst, Gemüse, wie Paprika, Tomate oder Gurke, Vollkorn- und Milchprodukte. Wie wäre es zum Beispiel mit einem Vollkornbrötchen mit Käse, Salatblatt und einer Tomate?



Süßigkeiten sind kein geeigneter Pausensnack, weiß die AOK-Expertin, denn diese steigern nur kurzzeitig den Blutzuckerspiegel. Jedoch sinkt dieser schnell wieder ab und mit ihm die Konzentrationsfähigkeit. Wichtig ist für ausreichend Flüssigkeit zu sorgen. Dabei sind empfehlenswerte Getränke: Trink- oder Mineralwasser und ungesüßte Früchte- oder Kräutertees. Von Limonaden, unverdünnten Fruchtsäften in größeren Mengen, Eistees und Energy-Drinks rät die Gesundheitskasse hingegen ab. So gerüstet wird der Schultag zum leckeren und gesunden Kinderspiel. Informationen zu allen Angeboten und Anmeldung unter Tel. (0800) 2221616 oder www.aok-kurse.de. red./jb/Foto: Racle Fotodesign/stock.adobe.com

GESCHENKIDEEN ZUM FEST

Besondere feierliche Angebote finden sich in DIE WOCH

Rohrbacher Goldankauf
FAIR - SERIÖS - FREUNDLICH
Wir zahlen sofort BARGELD für:

- Gold- & Silberschmuck (auch Nachlässe)
- Bernstein- und antiker Schmuck
- Gold- & Silbermünzen (auch ganze Sammlungen)
- Armband- & Taschenuhren
- Silber- & versilberte Bestecke
- Schalen, Becher usw.
- Zinn-, Kupfer- & Messingartikel
- Artikel aus dem 1. & 2. Weltkrieg (Fotos, Abzeichen, Urkunden, Wehrpässe usw.)
- Porzellan (Meißel, Rosenthal, V&B usw.)
- Gemälde, altes Blechspielzeug
- Emaille-Schilder
- Werbeblechdosens u. v. m.
- Haushaltsauflösungen

Obere Kaiserstraße 157 · 66386 St. Ingbert-Rohrbach
 Tel.: 068 94/955 78 00
 Mobil: 017 666/275 24 46 · www.hoffarth-gold.de
 Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr.: 10.00-12.30 Uhr & 14.30.-18.00 Uhr
 Mi.: 10.00-13.00 Uhr, Sa. geschlossen.
 Vom 22.12.2018 - 02.01.2019 geschlossen.

Rosemarie Hoffarth

Antiquitäten
Hoppstädter
Tolle Geschenkideen mit bleibendem Wert!
 Sonntags Schautag von 14-18 Uhr
 (o. Beratung und Verkauf)

Kapellenstraße 5 Tel.: (068 93) 98 73 53
 66399 Ormesheim www.antik-hoppstaedter.de

Jetzt sichern
DIE OPEL UMWELT PRÄMIE
6.000,- €¹



ASTRA
 DIE OPEL UMWELTPRÄMIE.

Abb. zeigt Sonderausstattungen.

Gut für die Umwelt und Ihr Konto. Fahrzeughalter mit Wohn- bzw. Firmensitz in einer der 15 von der Bundesregierung definierten Intensivstädte inklusive angrenzender Landkreise, die ein Opel Dieselfahrzeug der Euro-5-Norm besitzen, sind berechtigt, ihren Opel in Zahlung zu geben, und erhalten bei uns die Umweltprämie beim Kauf eines Opel Modells mit modernster Motorentechnologie, das die Abgasnorm Euro 6d-TEMP erfüllt. Ansonsten gilt die Umweltprämie für alle Dieselfahrzeuge der Abgasnorm 1 bis 4. Bedingung für die Inanspruchnahme der Umweltprämie ist der Nachweis der Verschrottung eines beliebigen Dieselfahrzeugs der Abgasnorm Euro 1 bis 4 durch einen zertifizierten Verwerter, bei gleichzeitigem Erwerb eines Opel Neufahrzeugs der Abgasnorm Euro 6d-TEMP. Ausgeschlossen sind in beiden Fällen die Ausstattungslinien Business, Business Edition und Business INNOVATION.

Gilt nur für Neufahrzeuge, Testwagen und Vorführgewagen und nur bis zum 31.12.2018. Opel behält sich eine vorzeitige Beendigung der Umweltprämie vor.

UNSER BARPREISANGEBOT

für den Opel Astra 5-Türer, Selection, 1.0 Direct Injection Turbo, 66 kW (90 PS) Start/Stop, Euro 6d-TEMP Manuelles 5-Gang-Getriebe

schon ab 13.125,- €

Umweltprämie in Höhe von 6.000,- € im Angebot enthalten

Kraftstoffverbrauch in l/100 km, innerorts: 5,9-5,4; außerorts: 4,5-4,2; kombiniert: 5,0-4,7; CO₂-Emission, kombiniert: 107-115 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007, VO (EU) Nr. 2017/1153 und VO (EU) Nr. 2017/1151). Effizienzklasse B

¹ Im Aktionszeitraum erhalten Sie beim Kauf eines der Aktionsmodelle der Marke Opel und bei gleichzeitiger Abgabe Ihres Dieselpkw-Altfahrzeugs (Schadstoffklasse Euro 1 bis 4) zur Verschrottung oder Inzahlungnahme eines Opel Dieselfahrzeugs der Abgasnorm Euro 5 in unserem Autohaus eine in der Höhe modellabhängige Umweltprämie. Das zu verschrottende Altfahrzeug muss zum Zeitpunkt der Stilllegung mindestens 6 Monate auf den Neuwagenkäufer zugelassen sein. Das Opel Dieselfahrzeug, das in Zahlung gegeben wird, muss zum Zeitpunkt der Inzahlungnahme ebenfalls mindestens 6 Monate auf den Neuwagenkäufer zugelassen sein. Die Umweltprämie ist modellabhängig. Die Prämie kommt zum Betrag für die Inzahlungnahme des Fahrzeugs hinzu. Das Angebot gilt für Privatkunden und gewerbliche Kunden. Eine Barauszahlung ist nicht möglich.

Autohaus Bliestal GmbH
Auf Scharlen
66440 Blieskastel
Tel.: 06842/5800



„Traumtour entlang Norwegens Küste“

SAARBRÜCKEN In der Zeit vom 15. bis 17. Februar 2019 findet in der Congresshalle Saarbrücken die Messe „reisen & freizeit“ statt.

Im Rahmen der Messe wird auch ein Erlebnistvortrag mit Fotograf Michael Fleck angeboten.

Am Samstag, dem 16. Februar, um 15 Uhr können die Besucher mit Fotograf Michael Fleck auf eine Reise durch Norwegen gehen.

Die Foto-Video-Show, die Fleck live kommentierte, steht unter dem Motto „Hurtigruten –

Traumtour entlang Norwegens Küste“.

Der Fotograf Michael Fleck hat beeindruckende Erlebnisse entlang der norwegischen Fjordküste mit seiner Kamera festgehalten.

Bekannt durch seine Familienabenteuer, bereiste Fleck Norwegens Küste im Sommer 2011 mit Fahrrad und Zelt.

Für ihn liegt der Reiz im Perspektivwechsel. Auf 1500 Radkilometern „erfuhr“ er buchstäblich die Natur und die Menschen des Landes. In seinen Multivisions-Erlebnistvorträgen taucht er mit seinem Publikum tief ein in die Schönheit der Hurtigruten.

Der Messeeintritt (regulär 5 Euro) am Tag des gebuchten Vortrags ist im Ticket zum Erlebnistvortrag (15 Euro) bereits enthalten.

Karten im Vorverkauf gibt es u.a. unter www.Wochen-spiegelOnline.de/tickets.

Alle Informationen zur Messe und den Vorträgen gibt's auch online auf www.reisen-freizeit-saar.de.

red./jb/Foto: Fleck

Die Nacht der 5 Tenöre

Konzert am 8. Januar 2019 in der Congresshalle – Vorverkauf läuft

SAARBRÜCKEN „E lucevan le stelle“ – „Und es leuchteten die Sterne“ – Der Tourname der kommenden Wintersaison der 5 Tenöre ist der Titel einer der bekanntesten und beliebtesten Opernarien die Giacomo Puccini je geschrieben hat.

Uraufgeführt im Jahre 1900 in Rom fesselte diese Arien in Puccinis Oper Tosca schon damals die Opernliebhaber der Zeit.

Viele treue Fans in unterschiedlichen Altersgruppen kommen europaweit, um eines der wenigen Konzerte der 5 Tenöre zu sehen und vor allem, um diese einzigartigen Stimmen zu hören.

„Und es leuchteten die Sterne“

Denn: Diese gehören zu den fünf stimmungswaltigen Tenören, die sonst in den renommiertesten Opernhäusern der Welt auf der Bühne stehen, für „Die Nacht der 5 Tenöre“ jedoch regelmäßig zusammenkommen, um in Begleitung eines Sinfonieorchesters ihr Publikum mit den bekanntesten Highlights zu verzaubern, welche die Klassik-Welt zu bieten hat.

Die Namen, die hinter diesem Programm stehen, sind jedem Opernkennner alles andere als fremd: Vincenzo Sanso, Luigi Frattola, Orfeo Zanetti, Daniel Damyonov und Momtchil Karavanov.

Seit über 15 Jahren begeistern diese Star-Tenöre Tausende von Opernfreunden mit ihrer



Die 5 Tenöre und das Plovdiv Symphonic Orchestra präsentieren einen besonderen Abend. Foto: Uwe Stegmaier/Veranstalter

begehrten Konzertreihe „Die Nacht der 5 Tenöre“ und tauchen die Besucher ein in die Welt von „Tosca“, „Aida“, „Rigoletto“, „Otello“, „Turandot“, „La Traviata“, „Carmen“ u.v.m. Begleitet werden sie dabei vom renommierten Plovdiv Symphonic Orchestra unter der Leitung des international gefeierten Dirigenten Nayden Todorov.

Das Plovdiv Symphonic Orchestra wurde im Jahr 1997 gegründet und kann mittlerweile auf über 800 Live-Auftritte allein in Europa zurückblicken.

Der Schwerpunkt des Repertoires liegt dabei auf Arien bekannter Opern wie beispielsweise aus „Aida“, „Nabucco“, „Tosca“, „Carmen“ und „La Traviata“ oder auch aus Opern wie „Der Zigeunerbaron“. Zusätzlich erklingen berühmte italienische Canzone, was insgesamt eine faszinierende Mi-

schung des Programms ausmacht. Unterstützung erhalten Orchester und Tenöre von einer euphonisch weiblichen Stimme – von Andrea Hörkens. Die europaweit gefragte Sopranistin führt moderierend durch die Gala-Veranstaltung und avanciert mit ihrer charmannten, liebenswerten Art mit gleichbleibender Regelmäßigkeit binnen kürzester Zeit zum gefeierten Publikumsliebling. Gemeinsam mit den fünf Star-Tenören gestaltet Andrea Hörkens eine Klassik-Nacht, die nicht ohne Grund weltweiten Ruhm genießt.

„Die Nacht der 5 Tenöre“ ist am Dienstag, dem 8. Januar 2019, zu Gast in der Congresshalle. Karten gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen, u.a. in allen WOCHENSPIEGEL- und DIE WOCH-Verlagsbüros saarlandweit und unter www.Wochen-spiegelOnline.de/tickets.

Kraul-Schwimmseminar

SC Illingen lädt Triathleten und Sportschwimmer ein

ILLINGEN Der Schwimmclub Illingen bietet ab 11. Januar wieder ein Kraul-Schwimmseminar an. Das Seminar umfasst zehn Stunden und findet freitags von 21 bis 22 Uhr im Hallenbad Illingen statt.

Das Seminar beinhaltet:

- Vermittlung theoretischer Kenntnisse und praktischer Übungen zum Erlernen und zur Verbesserung der Kraul-Technik
- individuelle Technikanalyse und Korrektur (ggf. mit Videoanalyse)
- Tipps und Hinweise zur sinnvollen Trainingsplanung im Schwimmen im Hinblick auf eventuelle Teilnahme an (Triathlon-) Wettkämpfen.

Die Plätze werden nach Mel-

dungseingang vergeben. Die maximale Teilnehmerzahl ist auf fünf bis sechs Personen pro Kursgruppe begrenzt, üblicherweise wird mit zwei Kursgruppen mit je einem Trainer auf separaten Bahnen geplant. Der Kurs findet ab mindestens drei Teilnehmern statt. Da der Kurs im Trainingsbetrieb des SCI stattfindet, fallen keine weiteren Eintrittskosten im Bad an.

Die Kursleitung übernehmen ausgebildete SCI-Trainer. Das Anmeldeformular findet man unter: <http://sc-illingen.de/>

Infos können auch bei Torsten Maas per E-Mail unter technikkurs@sc-illingen.de bzw. telefonisch unter (0 68 53) 961 13 89 angefragt werden.

red./eck

Friedenslicht

Gemeinschaftsaktion des Ringes deutscher Pfadfinder

HOMBURG Das Friedenslicht ist eine Initiative des Österreichischen Rundfunks (ORF). In Deutschland wird das Licht als Gemeinschaftsaktion des Ringes deutscher Pfadfinder weitergegeben.

Die Friedenslichtaktion 2018 steht unter dem Motto: „Frieden braucht Vielfalt – zusammen für eine tolerante Gesellschaft“.

Seit 1986 wird das Friedenslicht in jedem Jahr in den Wochen vor Weihnachten von einem oberösterreichischen Kind in der Geburtsgrube Jesu vom ORF entzündet.

Von Bethlehem aus reist das Licht mit dem Flugzeug in einer explosions-sicheren Lampe nach Wien.

Dort wird es am dritten Adventswochenende in alle Orte Österreichs und in die meisten europäischen Länder gesandt. Züge mit dem Licht fahren über den ganzen Kontinent. Seit 1993 beteiligen sich die deutschen Pfadfinder an der Aktion.

Das Licht ist das weihnachtliche Symbol schlechthin. Mit dem Entzünden und Weitergeben des Friedenslichtes aus Bethlehem wird an die Weihnachtsbotschaft „Friede auf Erden“ und den Auftrag, den Frieden zu verwirklichen, erinnert.

Frieden braucht Vielfalt! Um

ein friedliches Miteinander zu erreichen, braucht es Toleranz, Offenheit und die Bereitschaft „aufeinander zu gehen“, wie es das Lied von Sven Schumacher beschreibt.

Das Friedenslicht verbindet auf seinem über 3 000 Kilometer langen Weg nach Deutschland viele Nationen und Religionen miteinander.

Nähere Informationen finden sich auch online unter www.dpsg-camino-homburg.de.

red./jj

10 Jahre Massageinstitut KOBLE

„Fachpraktiker/in für Massage, Wellness und Prävention“

6-Tage-Ausbildung mit Abschluss

Ausbildungsinhalte:

Die 6-tägige Kompaktausbildung zum „Fachpraktiker/in für Massage, Wellness und Prävention“ beinhaltet die Anwendung der klassischen Massage, der Sportmassage, der Wellness-Massage, der Hot-Stone-Massage, der energetischen Fußreflexzonenmassage und der kosmetischen Lymphdrainage. Außerdem die Grundlagen der Anatomie, der Rechts- und Berufsordnung, der Existenzgründung und des Marketings. Zu allen Massagebereichen erhalten die Teilnehmer ausführliche Skriptunterlagen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.



Unterrichtszeiten:

Fr.: 18-21 Uhr, Sa., So., Mo. und Di.: 10-16 Uhr, Mi. 9-14 Uhr inkl. Überprüfung der gelernten Inhalte und Zertifikatsübergabe.

Jubiläumsangebot: 999,- €
 6-Tage-Ausbildung statt 1.499,- €

2 Termine zur Auswahl: 4. bis 9. Januar oder 26. April bis 1. Mai bei Massage KOBLE in 66540 Neunkirchen, Dunantstr. 26. Anmeldung und Info: Tel. 068 21-14 95 46 oder www.koble-massage.de



Erlebnispvortrag „Südafrika – das Abenteuer“

SAARBRÜCKEN Vom 15. bis 17. Februar 2019 findet in der Congresshalle Saarbrücken die Messe „reisen & freizeit“ statt. Im Rahmen der Messe wird auch ein Erlebnispvortrag „Südafrika – Das Abenteuer“ gezeigt. Der Panorama-Multivisionsvortrag mit dem Reisefotografen Michael Fleck findet am 17. Februar um 15 Uhr statt. Der Fotograf und Abenteurer Michael Fleck lebt den Traum des

Abenteurerreisenden seit den frühen 90er Jahren mit seiner Familie. Von den drei letzten, seiner vielen Reisen ins südliche Afrika berichtet Fleck in seiner neuesten Live-Multivision. Hier erlebt der Zuschauer hautnah das authentische Afrika. Brillante Fotografien im 3:1 Panoramaformat und spektakuläre Videosequenzen, durch den Einsatz von Drohnen und Aktionkameras, lassen den Zu-

schauer mitten im Geschehen sein. Der Messeintritt (regulär 5 Euro) am Tag des gebuchten Vortrags ist im Ticket zum Erlebnispvortrag (15 Euro) bereits enthalten. Karten gibt es u.a. unter www.WochenspiegelOnline.de/tickets. Alle Infos zur Messe und den Vorträgen gibt's auch auf www.reisen-freizeit-saar.de. red./jfb/Foto: Michael Fleck

„Wir helfen im Saarland!“

Spendenaktion der Kassenärztlichen Vereinigung und der Bank 1 Saar

SAARBRÜCKEN Auch in diesem Jahr starten die Kassenärztliche Vereinigung Saarland und die Bank 1 Saar wieder ihre traditionelle Weihnachtsspendenaktion, die seit vielen Jahren unter dem Motto „Wir helfen im Saarland!“ steht. Jedes Jahr wird mit dem gesammelten Geld ein saarländisches Hilfsprojekt unterstützt.

Ärztliche Grundversorgung für Wohnungslose

Der Erlös der diesjährigen Spendenaktion soll wieder an die „Praxis Medizinische Grundversorgung für Wohnungslose“ in Saarbrücken gehen. „Die Praxis ist dringend auf Spendengelder angewiesen, um die Patientenversorgung aufrechtzuerhalten“, so San.-Rat Dr. Gunter Hauptmann.

Ein Leben auf der Straße macht krank. Deshalb gibt es in Saarbrücken die medizinische Grundversorgung für Wohnungslose. In der „Praxis Medizinische Grundversorgung für Wohnungslose“ in der Saarbrücker Johannisstraße bieten saarländische Ärztinnen und Ärzte ehrenamtlich in Kooperation mit Sozialarbeitern der Diakonie Saar regelmäßige Sprechstunden an. „Wir unterstützen die „Praxis Medizinische Grundversorgung für Wohnungslose“ mit dieser Weihnachtsaktion bereits zum sechsten Mal. Die Praxis ist zu einem unverzichtbaren Bestandteil unseres Hilfesystems für wohnungslose Menschen geworden. Alle Ärzte behandeln dort ausschließlich ehrenamtlich“, so San.-Rat Dr. Gunter Hauptmann, Vorsitzender des Vorstandes der Kassenärztlichen Vereinigung Saar. Unter dem Motto „Wenn der Patient nicht mehr zum Arzt findet, muss der Arzt zum Patienten gehen“, suchen die Ärz-



Von links: Kurt Reinstädtler, Vorstandsmitglied der Bank 1 Saar, stellte zusammen mit San.-Rat Dr. Gunter Hauptmann, KV Saarland, Stefanie Hewener, Wolfgang Schönberger, Diakonie Saar, und Oliver John die Spendenaktion der niedergelassenen saarländischen Ärzte vor. Foto: Bastian

te gemeinsam mit den Sozialarbeitern die Menschen auch an ihren jeweiligen Aufenthaltsorten in Parks, an Plätzen oder „unter Brücken“ auf. Nicht heilende Wunden und mangelnde Hygiene sind dabei nur die sichtbaren körperlichen Auswirkungen der Armut. Die Betroffenen geraten schnell in einen Teufelskreis und trauen sich – selbst wenn sie noch krankenversichert sind – nicht mehr in die Arztpraxen. Die „Praxis Medizinische Grundversorgung für Wohnungslose“ wird deshalb von den Betroffenen dankbar angenommen und ist für die medizinische Versorgung dieser Menschen ein ganz wichtiger Stützpfiler. Um die Patientenversorgung aufrechterhalten zu können, ist die Praxis regelmäßig auf Spendengelder angewiesen. Finanziert wird die Praxis vorwiegend aus kirchlichen Mitteln und Mietzuschüssen der KV. Rund 25 000 Euro sind jährlich zusätzlich als Spenden nötig. Die Medizinische Grundversorgung nehmen jährlich rund 250 Menschen in Anspruch. Rund 50 Menschen werden schon im Vorfeld von

den Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern versorgt. Die Zahl der Arzt-Patienten-Kontakte liegt bei rund 800. Kurt Reinstädtler, Vorstandsmitglied der Bank 1 Saar, unterstrich die Wichtigkeit der gemeinsamen Spendenaktion: „Die Bank 1 Saar ist eine saarländische Genossenschaftsbank, die es aufgrund ihres Werteverständnisses für wichtig erachtet, nicht nur mit ihren Finanzdienstleistungen für die Menschen in der Region da zu sein, sondern auch dort zu helfen, wo finanzielle oder auch organisatorische Unterstützung am dringlichsten benötigt werden. Wie schon in den Vorjahren werden wir auch die aktuell gesammelten Spenden mit einem ansehnlichen Betrag aufrunden und helfen somit auch den Menschen, die leider häufig am Rande der Gesellschaft stehen. Unsere größte Achtung gebührt den Medizinern, die sich ehrenamtlich dafür einsetzen, dass auch Wohnungslose medizinische Leistungen erhalten können.“ Wolfgang Schönberger, Abteilungsleiter Bildung und Soziale Teilhabe bei der Diakonie Saar,

dankte der Kassenärztlichen Vereinigung und der Bank 1 Saar für ihr kontinuierliches Engagement. „Wir haben es in der Wohnungslosenhilfe mit Menschen in existenzieller Not zu tun“, erläuterte Schönberger. „Wir sind sehr dankbar und freuen uns, dass wir als Diakonie hier konkrete und für die Menschen kostenfreie Hilfe leisten können, die sie in schwierigen Lebenssituationen unkompliziert unterstützen.“ Die Praxis ist mittwochs von 9 bis 12 Uhr geöffnet, bei Bedarf auch länger.

Aktion läuft noch bis Ende Januar

Die Weihnachtsaktion läuft bis zum 31. Januar 2019. Die Spendenboxen stehen in den Praxen der niedergelassenen Ärzte und Psychotherapeuten sowie in allen Filialen der Bank 1 Saar. Die gemeinsame Spendensammelaktion wird bereits seit 2001 durchgeführt. Seit 2005 steht sie unter dem Motto „Wir helfen im Saarland“. Insgesamt sind seitdem bereits 197 000 Euro für verschiedene Hilfsprojekte zusammengekommen. eb

Adventsfeier und Gottesdienste

Die Freie evangelische Gemeinde lädt ein

HOMBURG Gemäß ihrer Tradition, feiert die Freie evangelische Gemeinde ihren Gottesdienst zum 4. Advent als eine Mitmach-Veranstaltung. Die Adventsfeier findet am Sonntag, 23. Dezember, von 15 Uhr bis ca. 17 Uhr statt. Das Programm bietet Lieder, Texte, Gedichte und Beiträge. Bei Kaffee, Kekse und Gebäck erwartet sie einen bunten und gemütlichen Nachmittag. An diesem Tag findet vormit-

tags kein Gottesdienst statt. Darüber hinaus, wird zum Heiligabend, 16 Uhr, zur Christvesper eingeladen. Diese kurzweilige Feier, mit alten und neuen Weihnachtslieder, ist so gestaltet, dass Erwachsene und Kinder angesprochen werden. Am 2. Weihnachtsfeiertag, Mittwoch 26. Dezember, wird um 10 Uhr zum Weihnachtsgottesdienst, unter dem Thema „Welche Freude“ eingela-

den. Der Gottesdienst zum Jahresende ist am Sonntag, 30. Dezember, um 10 Uhr. Parallel zu den Gottesdiensten werden für die Kinder (drei bis zwölf Jahre) ein eigener Gottesdienst angeboten. Alle Angebote finden in den Räumen der Freien evangelische Gemeinde Homburg-Beeden, Pirminiusstraße 38, statt. Weitere Informationen unter www.feg-homburg.de. red./jj

THE MUSIC OF
HANS ZIMMER & MORE
CELEBRATION OF FILM MUSIC
GLADIATOR MISSION IMPOSSIBLE FLUCH DER KARIBIK KÖNIG DER LÖWEN INTERSTELLAR INCEPTION DARK KNIGHT AND MORE
Der deutsche Filmkomponist Hans Zimmer ist Oscar-, Globe- und Emmy-Gewinner und wurde mit „Rain Man“ berühmt.
Die Besucher erwartet ein spektakulärer musikalischer Abend in großer Ausführung mit Orchester, Chor, Solisten und einer Lichtinszenierung. Hans Zimmer wird mit einer Interview-Videoeinspielung zu sehen und zu hören sein.

So 30. Dez 2018
Congresshalle Saarbrücken 14:30h

DER HERR DER RINGE UND DER HOBBIT DAS KONZERT
AUSVERKAUFT! SR 1
DAS FEST DAS KONZERT DAS ERLEBNIS

So 30. Dez 2018
Congresshalle Saarbrücken 19h

Eure Mütter
„Ich find' ja die Alten geil.“
Der heilige Scheiß aus den Jahren 1999 bis 2010

Mi 06. Feb 2019
Congresshalle Saarbrücken 20h

„Übertrifft Alles Bisherige!“ Frankfurter Allgemeine Zeitung
MAGIC OF THE DANCE
Neue Inszenierung!
Mit den Weltmeistern des Irish Dance
MAGIC OF THE DANCE ist das Original unter den Irish Dance Shows weltweit – und kehrt ab Februar 2019 zurück nach Deutschland.
Mit einer neu inszenierten Show u.a. von John Carey, der internationalen Irish Dance Legende und dem achtmaligem Weltmeister des Irish Dance.

So 10. Feb 2019
Saarlandhalle Saarbrücken 19h

Das Original – unverwechselbar – unerreicht
CHINESISCHER NATIONALCIRCUS
THE GREAT WALL
Zum 30. Geburtstag des Chinesischen Nationalcircus wird es in Europa eine große „Best of... Jubiläumsshow“ geben unter dem Titel „The Great Wall“ und frei nach dem Motto: „30 Artisten mit 30 Topacts zum 30jährigen Jubiläum!“

So 13. Jan 2019
Saarlandhalle Saarbrücken 14:30h

TICKETS: bei allen bekannten VVK-Stellen, SZ-Shop, Wochenspiegel Filialen und unter www.ticket-regional.de 0651/97 90 777 oder www.ccsaar.de 0681/41800 **DAS IDEALE WEIHNACHTS-GESCHENK !!!**