

Mit Achtsamkeit die Welt retten

Resümee der ersten Jenaer Achtsamkeitstage: Stress verhindern und dies vom persönlichen in den beruflichen Alltag übertragen.

Von Kristina Bennewitz

Jena. Die ersten Jenaer Achtsamkeitstage sind mit einem vielfältigen Workshopangebot zu Ende gegangen. Im Fokus der Veranstaltung stand die Frage, wie durch Achtsamkeit Stress bewältigt und mit dem Druck einer beschleunigten Lebens- und Arbeitswelt umgegangen werden kann. Dafür waren seit Mittwoch namhafte Referenten geladen, die speziell über Achtsamkeit in der sozialen Arbeit, an Hochschulen und im Bildungssystem zu Hunderten Gästen sprachen.

Der Freitag richtete sich an Pädagogen, die in Kitas und Schulen in einem herausfordernden Berufsumfeld tätig sind. Der QuerWege Verein hatte dieses Thema zu den Achtsamkeitstagen verankert, mit dem Ziel, die Anwendbarkeit des „Megatrends Achtsamkeit“ zu prüfen. Dabei wurde deutlich, dass achtsames Leben einer Haltungsänderung eines jeden Einzelnen bedarf.

Bei Techniken wie Meditation gehe es nicht darum, „einfach nur auf einem Kissen zu sitzen und nichts zu tun“, so Andreas de Bruin, Universität München. Solche Übungen sollten langfristig antrainiert werden, damit Gelassenheit und der Umgang mit schwierigen Situationen im Alltag greifen können. Der in Freiburg lehrende Ulrich Pfeifer-Schaupp stellte Übungen vor, die einem stressigen Alltag kraftbringende Pausen bescheren. Kurz gesagt: Glückliche Pädagogen sind die Voraussetzung für glückliche Kinder.

Die eigene Person darf nicht zu kurz kommen

Das Praxisgespräch zum Abschluss unter Leitung von Mike Sandbothe, Ernst-Abbe-Hochschule Jena, offenbarte, wo die Herausforderungen in Bildungseinrichtungen liegen. An Achtsamkeit gegenüber den Kindern und Schülern fehle es nicht. Jedoch darf dabei die Achtsamkeit der Mitarbeiter gegenüber sich selbst nicht zu kurz kommen.

Die Lösung bestehe darin, da waren sich die Experten einig, Achtsamkeitspraktiken schrittweise vom persönlichen in den beruflichen Alltag zu übertragen. Dabei gehe es nicht darum, dass Achtsamkeit „von oben“ verordnet wird, jedoch müssen Möglichkeiten für Mitarbeiter geschaffen werden – mit Begleitung durch Experten. Laut Pfeifer-Schaupp kann man so „zusammen die Welt etwas retten“.

Tolle Busfahrer in Jena

Zu einem Erlebnis in Jena

Am Sonntag, den 22. Mai 2016 wollte ich in Jena im Leutrat die Orchideen-Wanderung mitmachen. Also rein in den Zug Erfurt – Jena und los ging's. In Jena angekommen, war ich erstmal sehr enttäuscht, es fährt Sonntag's kein Bus von Jena nach Leutra. Niemand konnte mir helfen. Plötzlich stand an der Haltestelle ein Bus Linie Nr. 12 nach Göschwitz. Der Fahrer, Herr Gruschwitz, war sehr freundlich und erklärte mir, für eine Busfahrt von Göschwitz nach Leutra muss ich eine halbe Stunde vorher die Bus-Zentrale in Jena anrufen und eine Fahrt bestellen. Diese Bedarfsbusse fahren aber nur um 8.30 oder 10.30 Uhr, inzwischen war es aber schon 9.05 Uhr. Aber, sagte der nette Herr Gruschwitz, ich versuche es mal. Er rief die Zentrale an (ich durfte mithören) und der freundliche Herr der Zentrale sagte so gleich zu – wir sichern die Fahrt für den Besucher nach Leutra



Zweieinhalb Kilometer lange Schlauchleitung verlegt

70 Feuerwehrleute aus dem Saale-Holzland-Kreis trainierten am Sonnabend den Aufbau einer Wasserleitung von Camburg nach Zöthen. Dabei wurde Wasser aus dem Schleus-

kauer Graben in Camburg hinauf in das zirka 2,5 Kilometer entfernte Zöthen gepumpt. Sieben Pumpen kamen dabei zum Einsatz. „Das Szenario der Übung ist nicht frei erfunden.

Zu DDR-Zeiten wurde bei einem Scheunenbrand schon einmal Wasser von Camburg in den Ortsteil Zöthen gepumpt“, sagte Stadtbrand-

meister Sven Steingräber. Mit dabei waren die Wehren aus Orlamünde, Kahla, Dorndorf-Stuednitz, Dornburg, Bürgel, Camburg sowie das THW Apolda. Mehr Bilder: www.otz.de/Jena Foto: Lutz Prager

Lieber mal dem Gaul ins Maul geschaut

Die „Broken Wheel Ranch“ im Camburger Ortsteil Posewitz zog am Sonnabend zahlreiche Pferdefreunde an. Pferdezüchter Michael Steinbrecher belebt jetzt die alte Tradition des Pferdemarktes im Saale-Holzland-Kreis wieder.

Von Lutz Prager

Camburg-Posewitz. Einem geschenkten Gaul schaut man nicht ins Maul, spricht der Volksmund. Michael Steinbrecher grinst: „Bei einem geschenkten Tier mag das ja stimmen, wer aber ein Pferd kaufen will, der sollte sich dagegen das Gebiss sehr genau anschauen“, sagt der 62-Jährige. Anhand der Zähne können Kenner nämlich präzise das Alter eines Pferdes bestimmen. Am besten man fragt einen Tierarzt. Steinbrecher als Veranstalter hatte einen Veterinär gebeten, vor Ort zu sein, um möglichen Kaufinteressenten zu helfen.

Das es schwarze Schafe unter den Pferdehändlern gibt, die früher nicht umsonst auch Rosstäuscher genannt wurden, gilt wohl auch heute noch, wenn man Michael Steinbrecher genau zuhört. „Auf Pferdemarkten sind immer 90 Prozent der Tiere im idealen Alter von neun Jahren und voll ausgebildet im Reiten und Fahren. Zu Hause merkt der Käufer dann, dass das Tier 15 Jahre alt ist und gar nichts kann“, sagt Steinbrecher mit einem verschmitzten Lächeln. Also Augen auf beim Pferde-

wie beim Gebrauchtwagenkauf! In Posewitz boten am Sonnabend vor allem Händler aus Sachsen-Anhalt und Thüringen etwa 50 Tiere an, vom kleinen Pony bis zum großen Reitpferd. Dass es den Tieren während des eintägigen Marktes gut geht, überprüft das Veterinär- und Lebensmittelüberwachungsamt Jena-Saale-Holzland. Die Mitarbeiterin schaute aber nicht nur, ob die Tiere genügend Einstreu, Heu und Wasser bekommen, sie interessierte sich auch für die Herkunft, denn Pferdediebe gab es nicht nur im Wilden Westen, sie sind auch heute unterwegs. Seit 16 Jahren braucht deshalb jedes Pferd einen Pass und bekommt seit 2010 noch zusätzlich einen Chip eingesetzt.

Tiere für den Schlachter sind nicht zugelassen

Die Frau vom Veterinäramt bitet darum, nicht mit Namen in der Zeitung zu erscheinen, da sie privat selbst Pferdehalterin ist und das Verhältnis zwischen Pferdehändlern und Amtspersonen nicht immer das Beste sei. Auch in Posewitz musste sie einige professionelle Anbieter in die Schranken weisen. Einer hatte fünf für den Schlachter bestimmte Tiere mitgebracht, die er angeblich einem anderen Händler verkaufen wollte. Das ist ebenso untersagt wie das Anbieten von Hundewelpen auf



Ein Pferdemarkt war früher eine wichtige Sache für die Bauern. Heute ist es vor allem ein Volksfest. Am Sonnabend kamen viele Kinder wie Nelly, die sicher alle davon träumten ein Pony zu besitzen. Mehr Fotos: www.otz.de/jena Fotos(2): Lutz Prager

einem Pferdemarkt. „Uns wäre es lieber, es gäbe mehr reine Privatleute als Anbieter“, so die Frau von der Behörde.

Ob am Sonnabend wirklich Pferde vor Ort verkauft wurden, ist nicht bekannt. „Ein Pferdemarkt war früher eine wichtige Sache für die Bauern und eine Attraktion für die Dorfbewohner, heute ist er natürlich vor allem ein kleines Volksfest“, sagt Veranstalter Steinbrecher, der wochentags seine Brötchen als EDV-Berater für Landwirtschafts- und Landtechnikunternehmen verdient. „Die Broken Wheel Ranch und meine Zucht

von Quarter House Westernpferden sind das Hobby von meiner Tochter und mir“, sagt Steinbrecher. Dass der Liebhaber von Westernromantik vor zwei Jahren wegen des Endes eines Pachtvertrages aus dem benachbarten Burgenlandkreis (Sachsen-Anhalt) nach Posewitz auf das frühere Reitturniergelände wechselte, freut Orts- teilbürgermeisterin Elke Lüdicke. Sie ist froh, dass mit dem Pferdemarkt eine attraktive Veranstaltung in die Region geholt wurde. Zehn Jahre lang hatten die Steinbrechers den Markt in Sachsen-Anhalt veranstaltet.



Michael Steinbrecher (62) ist Besitzer der „Broken Wheel Ranch“ in Posewitz.

Leserbriefe

heraus, der freundliche Mann heute früh in der Zentrale war er, der Herr Köhler. Er fuhr mich dann nach Göschwitz gleich zum nahen Bahnhof und ich konnte schon dort in den Zug nach Erfurt einsteigen und die Heimfahrt antreten. Ich war glücklich und zufrieden, ein ganz toller Tag, dank der netten Busfahrer in Jena. Ich finde dies war eine prima Leistung der Jenaer „Jung's hinter dem Lenkrad“ und muss unbedingt hergehoben werden. Rundherum doch noch ein gelungener Tag für mich, vielen Dank!
Heinz Radke, Erfurt

Zackenschote an vielen Stellen

Zum Beitrag „Anfang Juni ist Zackenschote am effektivsten zu bekämpfen“, OTZ, 26. Mai: Die Invasion des Orientalische Zackenschötchens schreitet in Jena fast ungehindert voran. Viele Menschen denken, es handelt sich um Raps und sind sich der Gefahr für die heimische Flora und Fauna nicht be-

wusst. Im Prinzip könnte der Handhabbarkeit wegen im Stadtgebiet bedenkenlos alles was so gelb aussieht als Zackenschötchen ausgestochen werden. Inzwischen gibt es ehemalige Wiesen, die aufgrund der Dichte des Besatzes mit Zackenschötchen fast genauso gelb wie Rapsfelder scheinen.

Das noch größere Problem sind aus meiner Sicht, die inzwischen fast im ganzen Stadtgebiet auftretenden einzelnen Pflanzen, Pflanzengruppen und kleineren Bestände die sich rasch vergrößern werden und eine invasive Ausbreitung dieser Pflanzen beschleunigen. Gegen diese Pflanzen wird seitens Kommunalservice (KSJ), der Wohnungsgesellschaften und privaten Grundstücksbesitzer zu wenig oder gar nichts unternommen.

Gerade diese Bestände müssen ernsthaft beseitigt werden. Das einmalige Abmähen ist da eher kontraproduktiv. Vielleicht wird über das Schnittgut sogar eine weitere Verbreitung beschleunigt. Das Ausstechen ist die eine Sache, aber wohin mit den ausgestochenen Pflanzen? Liegenlassen oder in die

Biotonne werfen, sind wahrscheinlich nicht der geeignete Weg. Einzelne Pflanzen könnten von Privatpersonen über den Hausmüll entsorgt werden, falls sie dort tatsächlich verbrannt werden und nicht aussortiert und kompostiert werden.

Herr Peisker ist Dezernent für Stadtentwicklung & Umwelt in Jena. Er sollte sich schnellstens mit den Spezialisten in der Stadtverwaltung ernsthaft darüber Gedanken machen, wie das Problem generell und grundsätzlich in Jena gelöst werden kann.
Holger Herrmann, Jena

Holzhandel statt Erholung

Zum Beitrag „Sorge um Tier- und Pflanzenwelt in der Hohen Lehde“, OTZ vom 12.05.2016:

Die Initiative von Herrn Wackernagel und der Jagdgenossenschaft Dorndorf-Stuednitz finde ich sehr begrüßenswert. Als Spaziergänger im Tautenburger Forst gewinnt man immer mehr den Eindruck, dass der Naturschutz- und Erho-

lungaspekt des Waldes zugunsten eines äußerst lukrativen Wirtschaftszweiges, des Holzhandels, in den Hintergrund getreten ist, noch gefördert durch die Quasi-Privatisierung der Forstwirtschaft. Ein ohnehin sehr lichter Wald, mehr oder weniger aus jungen Bäumen bestehend, wird alle 20 Meter durch Schneisen zerschnitten, damit mithilfe der viele Tonnen schweren Harvester möglichst schnell möglichst viel Holz „geerntet“ werden kann. Insofern erscheint es umso wichtiger, dass wenigstens an der Hohen Lehde die alten Buchen und ein halbwegs geschlossener Waldbestand erhalten bleiben. Wenn auch dort ein Holzeinschlag wie in den übrigen Waldgebieten stattfände, ergäbe sich die Frage, worin überhaupt der Sinn eines Naturschutz- bzw. FFH-Gebietes bestünde.
Leonore Wurl, Tautenburg

Leserbriefe sind in keinem Fall Meinungsäußerungen der Redaktion. Wir behalten uns vor, Texte zu kürzen. Leserbriefe per E-Mail senden Sie bitte an leserbrief@otz.de

Meisterhaft interpretierte Barockmusik

Großer Beifall für Jenaer Bachsolisten in der Klosterkirche von Thalbürgel.

Von Hans Lehmann

Jena. Für Freunde der Alten Musik gedieh das Konzert am Samstag in der Klosterkirche zu einem Ereignis. Dass es auf unserem gegenwärtigen Instrumentarium möglich ist, die von den Komponisten vorgegebenen Ausdrucksmittel überzeugend darzubieten, davon zeugte das Konzert der Jenaer Bachsolisten & Friends am Samstag im diesjährigen Programmzyklus in Thalbürgel Klosterkirche. Sechs Violinen, zwei Bratschen, Violoncello, Kontrabass und Cembalo bildeten das Fundament, mit dem die Musiker bereits beim eingangs musizierten Concerto „Alla Rustica“ G-Dur von Antonio Vivaldi zu beeindruckten wussten.

Das kurzweilige Opus in drei Sätzen diente im damaligen Venedig einer Festlichkeit, wozu auch der Legende nach getanzt wurde. Das Konzert für Oboe und Streichorchester D-Dur op. 7 Nr. 6 des ebenfalls in Venedig wirkenden Tomaso Albinoni (1671-1750) mit Gunter Sieberth als Solist wäre noch vor Jahrzehnten in dieser glanzvollen Virtuosität nicht möglich gewesen, denn auch die Spieltechnik hat sich auf diesem Instrument entwickelt, um solchen Solopart reich an Koloraturen glanzvoll wiederzugeben im Zusammenwirken mit dem ebenfalls agierenden Orchester.

Da capo für ein begeistertes Publikum

Zum Höhepunkt wurden zwei Konzerte aus der Feder des Thomaskantor Johann Sebastian Bach. Das Violinkonzert a-moll BWV 1041 wurde zu einem Symbol von Bachs Wirken nicht nur wegen des unvergleichlichen Andantes in der Mitte. Donata Sailer gestaltete den Solopart in höchster Vollendung, wie sie auch gemeinsam mit Gunter Sieberth beim Konzert für Violine, Oboe und Streicher d-moll BWV 1060 zu überzeugen wusste. Wie im Violinkonzert ein unvergleichliches Adagio im Kontrast zu den rhythmisch vitalen Ecksätzen. Solisten und Orchester waren in Hochform. Der letzte Satz musste für das begeisterte Publikum wiederholt werden.

Wir sind für Sie da

Pressehaus Jena
Holzmarkt 8, 07743 Jena,
Mo bis Fr 10-13 Uhr und 14-17 Uhr.

Sie haben Fragen zur Zustellung, zu Ihrem Abonnement:
Telefon (0365) 8 22 92 29
Mo bis Fr 7-19 Uhr, Sa 7-13 Uhr
Mail: leserservice@otz.de
www.otz.de/leserservice
Tickethotline (0361) 2 27 52 27

Sie möchten eine private Anzeige aufgeben:
Telefon (0365) 8 22 94 44
Mo bis Fr 7-18 Uhr
Mail: anzeigenservice@otz.de
www.otz.de/anzeigen
Geschäftl. Anzeigen
Telefon (03641) 5 90 91 104

Impressum

OSTTHÜRINGER Zeitung
OSTTHÜRINGER Nachrichten
Jenaer Zeitung

Verantwortlich für den Lokalteil:
Lutz Prager
Holzmarkt 8, 07743 Jena
Sekretariat: Angelika Lehmann
Telefon (03641) 5 90 91 -23
Fax (03641) 5 90 91 20
Mail: jena@otz.de

Lutz Prager (lp) 01 52 09 38 16 01
l.prager@otz.de
Frank Döbert (fd) 01 52 09 38 16 02
f.doebert@otz.de
Annett Eger (ae) 01 72 76 19 0 36
a.eger@otz.de
Michael Groß (mg) 01 52 09 38 16 03
m.gross@otz.de
Angelika Schimmel (as) 01 52 09 38 16 04
a.schimmel@otz.de
Marcus Schulze (mase) 01 52 09 38 16 52
m.schulze@otz.de

► Redaktion dieser Seiten:
Petra Lowe