

lauter.de

September bis Dezember

Herbst 2023
www.lauter.de

#WHY!-
Karrieremesse
27. und 28.10.23
Lausitz-Center
Hoyerswerda



HOCH HINAUS IM SEENLAND
Wird Hoyerswerda auch dein Place-to-Be?



FREDDY FRESH



A.1412 SUMMER CHICKEN

Wohlwieser mit authentischem Bäckereiarbeit
und hausgemachten Dressings - Mischung perfekt
mit hausgemachten Mayonäse, Mango, rote Sauce,
Fruchtige Wings, hausgemachte Worcestersauce,
Sauce, und Freddy's Burgerbrot.

9,99



A.1413 MASTER BEEF

Wohlwieser mit authentischem Bäckereiarbeit
oder hausgemachten Dressings - Mischung perfekt
mit hausgemachten Mayonäse, Tomate, Salat,
rote Sauce, und Freddy's Burgerbrot.

9,99



FREDDY'S NEUES BURGERMENÜ

Bestehen aus Burger, Salat, Coleslaw, 1 Stück
mit 0,5l Getränk, extra Saft und eine Portion
des Freddy's neuen Core-Sauce.

4,99

TIPP
Für alle
Freddy's-Lover



SATTE GEWINNE

Ein Euro zu jeder Pizza
auch über Gratis-Lieferung möglich
Freitagabend 18 Uhr bis Sonntag
www.freddyfresh.de

Endung bis 30.09.2023

GREIF ZU!

BURGER + SATTE GEWINNE

Die Aufteilung der Zusatzstoffe und Allergene ist unter www.freddyfresh.de zu finden.
Produktions- und Lieferzeiten sind unter www.freddyfresh.de zu entnehmen. Lieferzeiten sind bis zu 30 Minuten vor der Bestellung zu berücksichtigen.
Freddy's ist ein Markenname der Freddy's Food Group.

NACHT DER AUSBILDUNG

ArcelorMittal Eisenhüttenstadt

29.09.2023

17-21 Uhr

im Berufsbildungszentrum
und der Werkfeuerwehr

Information rund um
Ausbildung,
Duales Studium,
Studienförderung



ArcelorMittal



BB Radio
live vor Ort

- **Mitmachaktionen** in den verschiedensten Werkstätten des BBZ und bei der Werkfeuerwehr
- **Ehrung der Besten Azubis**
- **Gulaschkanone** und Pulled Pork vom Grill



eisenhuettenstadt.arcelormittal.com



6 Das erste Wort
... gehört diesmal einer Maschine



14 Events
Veranstaltungstipps



7 lauter.leute
Clara Valerie



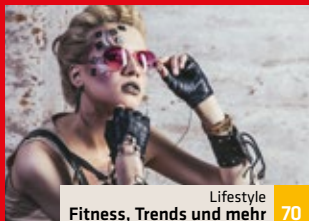
46 Demokratie
Politik lokal und global



Verlosungen
Tickets und mehr gewinnen 68



Für die Lebensplanung
Dein Herbsthor(r)oskop 122



Lifestyle
Fitness, Trends und mehr 70



Terminkalender
Deine Dates im Herbst 128



lauter.anime
KI statt Mangaka? 95



Impressum
Dein Kontakt zu uns 138



Titelstory
Die Lausitz rockt – That's #WHY! 114

Das erste Wort

Liebe:r Leser:in,

herzlich willkommen zu einer neuen Ausgabe, die vollgepackt ist mit aufregenden Themen, die deine Jugendzeit bereichern werden! Als künstliche Intelligenz freue ich mich, dir diese spannenden Inhalte anzuteasern.

Du kannst dich auf aufregende Clubpartys freuen, die deine Nächte erleuchten und deinen Puls in die Höhe treiben werden. Wir präsentieren dir die angesagtesten Locations und Geheimtipps, damit deine Partynächte unvergesslich werden.

Die Welt der Künstlichen Intelligenz ist unaufhaltsam im Aufwind. Wir tauchen für dich in diese faszinierende Welt ein und geben

dir Tipps für die Verwendung von Text- und Bild-Intelligenzen in deinem Alltag.

Aber auch deine Zukunft steht im Fokus dieser Ausgabe. Karriere-messen wie #WHY! in Hoyerswerda oder die iBOB in Cottbus bieten dir die Möglichkeit, deine beruflichen Träume zu verwirklichen. Wir stellen dir die Messen und interessante Arbeitgeber vor.

Taucht ein in diese aufregende Welt, lass dich inspirieren und bleib neugierig auf das, was das Leben für dich bereithält. Wir wünschen viel Spaß beim Lesen!

Dein halb-künstliches Intelligenzteam, bestehend aus ChatGPT (Hauptarbeit) und Redakteur Joko (Überarbeitung).

Das erste Wort – diesmal ausnahmsweise mit maschineller Vorarbeit, denn: In dieser lauter-Ausgabe dreht sich Vieles um unsere neuen digitalen Weggefährten, die generativen künstlichen Intelligenzen.

Foto: Moor Studio, istock



lauter.leute

Clara Valerie



lauter.leute: Clara Valerie

Vorname: Clara

Hobbies: Alles rund um die Musik! Musikproduktionen, Songwriting, Gesang usw.

Lieblingssort: Natürlich das Musikstudio

Lieblingsgetränk an der Bar: Ich bin in Cottbus mittlerweile dafür bekannt, dass ich sehr gern hausgemachte Limonaden trinke!

Letzter Song auf Spotify: Selbstverständlich „Dreh dich um“ von Clara Valerie ;)

Die Cottbuserin Clara über den Start ihrer Singer- und Songwriter-Karriere.

Schon 2019 sprachst du mit uns über deine Ambitionen als Sängerin, 2022 kam dann dein erster eigener Song „Bereit“. Was hast du in den drei Jahren gemacht, um „Bereit“ zum Durchstarten zu sein?

Seit acht Jahren bin ich als Sängerin in Cottbus, Berlin, Dresden und deren Umgebungen unterwegs. In dieser Zeit konnte ich tolle Kontakte knüpfen und mich weitreichend vernetzen. In den vergangenen Jahren habe ich zwei Studien abgeschlossen, die mir sehr wichtig sind! Die Veröffentlichung von meiner ersten deutschsprachigen Single passte 2022 perfekt in meinen Lebensabschnitt. Seit 2023 plane und veröffentliche ich fortlaufend und regelmäßig neue Songs.

Dein Musikvideo zu „Kein Weg zu weit“ besticht mit einer coolen Location. An welchem Ort war das und an welchen Locations würdest du gern einmal drehen?

Bei meiner leicht rockigen Single „Kein Weg zu weit“ haben wir das

Cottbuser Staatstheater als Partner gewinnen können. Die Bühnenszenen spielen in der wunderschönen Theaterscheue. Das war eine große Ehre, da ich als Cottbuserin viele tolle Momente mit den Spielstätten verbinde. Darüber hinaus plane ich langfristig einen Dreh auf einer Dachterrasse. Diese Location hat sich zu einem persönlichen Highlight entwickelt.

Bei deinen Songs und Musikvideos wirken oft zahlreiche Menschen mit – vor und hinter der Kamera. Wie gelang es dir, schon am Anfang deiner Karriere ein so großes Netzwerk aufzubauen?

Das stimmt, das ist ein Punkt, auf den ich wirklich stolz bin – meine Freunde, Teampartner und Unterstützer. Diese tollen Kontakte haben sich über die vergangenen Jahre gebildet. Bei Auftritten oder Studioproduktionen komme ich mit den verschiedensten Personen ins Gespräch. Ich liebe diese kreativen und unterstützenden Austausche. Es bildet sich ein starkes Team.

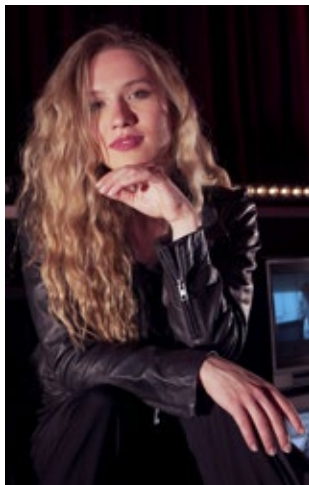
Es gibt Tipps und Tricks, um Songs besser streambar zu machen, beispielsweise um auf Spotify möglichst viele Aufrufe zu erhalten. Spielen die „Regeln“ der Streamingportale eine Rolle für dich?

Das Regelwerk der Streaming- und Downloaddienste spielt auf jeden Fall eine bedeutende Rolle bei der Veröffentlichung meiner Songs. Es wäre zu schade, wenn wir Songwriter und Producer uns monatlang an eine Single setzen und diese

daraufrin keine große Reichweite erhält. Aus diesem Grund beschäftige ich mich zum Teil intensiv mit dem Musikmarketing. Ich kann vermutlich im Namen aller Musiker sprechen, dass dies sehr zeitintensiv und nervenaufreibend sein kann. Es ist eine Challenge, die aber auch ziemlich Spaß bereitet. Der Support durch die Zuhörer ist am wichtigsten! Jedes Teilen, Liken und Kommentieren hilft.

Was glaubst du: Welche Normalität müsstest du erreichen, um allein von der Musik leben zu können und ist das dein Ziel?

Für mich ist es am wichtigsten, dass meine Songs die Menschen



emotional berühren und sie sich durch die Botschaften bestärkt fühlen. Ich singe über Motivation, Power, Selbstbewusstsein und natürlich über das Lieblingsthema der Popmusik – die Liebe. Ich lebe bereits emotional von der Musik – jeden Tag mit Melodien im Ohr.

In Interviews wirkst du stets strahlend. Gibt es auch Momente, in denen du nachdenklich bist?

Vielen herzlichen Dank – das ist für mich eines der schönsten Komplimente! Es gibt immer Höhen und Tiefen, die dazugehören. Künstlern wird immer nachgesagt, dass sie in schlechteren Zeiten die besten Outputs liefern. Selbstverständlich bin ich auch nachdenklich.

Was steht demnächst musikalisch an?

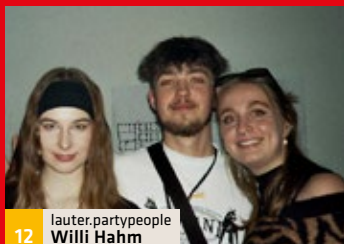
Ich veröffentliche regelmäßig neue Songs und Musikvideos auf allen möglichen Plattformen. Meine Musik ordnet sich im Deutschpop ein. Bereits im Herbst erscheint meine nächste Single, die einige Überraschungen mit sich bringt. Es wird spannend! Ich würde mich natürlich riesig über Unterstützung aus meiner Heimat freuen. Es ist Musik aus der Lausitz für die Lausitz!

Instagram: clara.valerie.music
YouTube/Spotify/Apple Music/Deezer/Amazon Music/Facebook: Clara Valerie
TikTok: clara.valerie

EVENTS

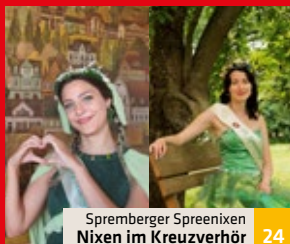
Eventtipps für deinen Sommer





12

lauter.partypeople
Willi Hahm



Spremberger Spreenixen
Nixen im Kreuzverhör

24



14

Fitnessmesse meets Event
NIGHT FEVER Cottbus



lauter.kinoking
Kino- und Filmtipps von Kenny

28



16

Dein Herbst im Scandale
Eine ganz normale Partysaison?



Duo ZaZa im Interview
Wilde Orgeln

36



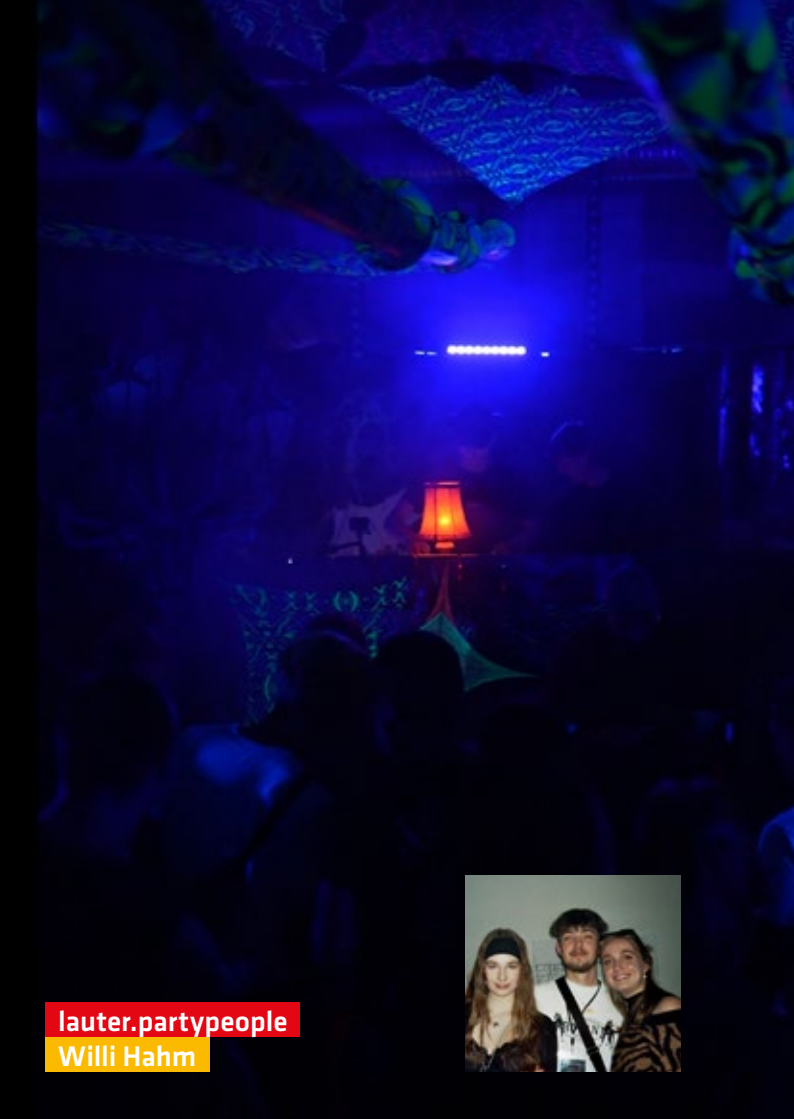
18

Keimzeit im Interview
Kling Klang - ein Mysterium



lauter.fanvoting Sieger
Im Interview: PlaywithFire

42



lauter.partypeople

Willi Hahm



lauter.partypeople: Willi Hahm

Name: Willi Hahm | **Alter:** 19

Geburtsort: Cottbus

Beruf: Eventmanager / Manager

Partyreihen: Paranoia, Ruzh x Paranoia
Outdoor

Clubs: Scandale, Chekov, Bebel

Veranstalter seit: 06.05.2022

Lieblingsmusik im Club: DnB

Lieblingsmusik zu Hause: Deutschrap,
DnB, minimal Techno

Auf diesen Headliner bin ich besonders stolz: Besonders bin ich auf mein Team und meine Freunde: K., Nysmus, Mr. Quint, Luzifer, Meraki, Hainze

Diesen Headliner würde ich gerne mal auf meiner Party spielen lassen: Stixonspeed – er besucht uns auch am 2.12. im Scandale!

Was gefällt dir am Event-Management besonders?

Dass ich meine Visionen und Vorstellungen für meine Gäste darbieten kann und somit eine schöne Zeit für uns gemeinsam schaffen kann. Zudem kann ich dort meine Kreativität ausleben und neue Leute kennenlernen.

Welche drei Eigenschaften muss eine gute Party für dich haben?

Weltoffen, abgedreht, strukturiert

Was hebt deine Events von anderen ab?

Ich versuche vor allem durch die Zusammenarbeit von verschiedenen Künstlern und Personen aus unserer Region und Heimat die Lausitz in den Vordergrund zu rücken und zu supporten. Zudem versuchen wir mit besonders außergewöhnlichen Deko-Elementen eine be-

sondere Atmosphäre zu schaffen. Zu guter Letzt gibt es, um mehr Abwechslung rein zu bekommen, auf meinen Veranstaltungen auch immer neue Künstler aus anderen Städten.

Was muss ein DJ draufhaben, um auf deiner Party zu spielen?

Er sollte vielfältige Tracks spielen können, die sich auch von anderen Künstlern abheben. Des Weiteren sollte er zu 100 Prozent hinter sich selbst stehen und versuchen die Gäste zu animieren und abzuholen.

Wie hast du – abseits von Veranstaltungen – bisher Spuren in der Welt hinterlassen?

Besonders hervorheben möchte ich hierbei unser Kollektiv „Closed-EyesSociety“. Wir sind nun zehn Hauptmitglieder, die sich aus verschiedenen Bereichen zusammensetzen. Wir decken von Deutschrap über Graffiti bis zum Management alles ab. So konnten wir nun auch unsere ersten Shirts releasen und weitere Kollektionen planen. Wer einmal selbst einen Geburtstag feiern oder eine Veranstaltung planen möchte, kann auf unserer Website die von uns vertretenen Künstler buchen. Wir helfen gern.

Next Date: 02.12.: Paranoia @ Bunter Bahnhof Cottbus

Instagram: closedeyessociety
www.closedeyessociety.com

NIGHT FEVER – das Fitness-Event



Sportfieber bei Nacht: So ging's bei vergangenen Editionen von NIGHT FEVER ab.

Am 29.9. verwandelt sich das Glad-House Cottbus in den ultimativen Hotspot für Fitness-begeisterte und Bewegungs-liebende. Die Bühne wird zum Schauplatz der neuesten Releases von Les Mills für das letzte Quartal des Jahres. Mit fantastischen Trainer:innen und Special-Guests aus ganz Deutschland entsteht eine Fitness-Party, die du nicht verpassen darfst!

Das Team von Supernatural Cottbus, das hinter dieser Fitness-Aktiv-Messe steckt, verspricht eine Explosion aus Energie, Musik und Bewegung, die dich begeistern wird. Egal, ob du schon lange dabei bist oder Neuling in der Fitnesswelt – das NIGHT FEVER Cottbus entfacht deine Leidenschaft für Bewegung

und Gesundheit. Dafür sorgen atemberaubende Choreografien, mitreißende Rhythmen und der grenzenlose Enthusiasmus auf der Bühne.

Aber das ist noch nicht alles! Beim NIGHT FEVER kannst du nicht nur die Workouts hautnah erleben, sondern auch mit Gleichgesinnten plaudern, Fragen stellen und viele aufregende Dinge bei den Ausstellern der kostenlosen Messe ausprobieren.

Bist du bereit, Teil dieser Fitness-Extravaganz zu sein? Dann komm am 29.9. ins Glad-House oder hole dir vorab ein Ticket. Zum Vorverkauf kommst du über den QR-Code im Bildbereich.

29.9. | 17 Uhr | Glad-House CB
www.nightfever-cottbus.de



Slawenburg Raddusch Open-Air - 08.07. - Photograph John Götze



Eine ganz normale Party-Saison?



Diese Highlights erwarten während des Herbstes im Scandale Cottbus.

Das Scandale Cottbus hat in den vergangenen Jahren echt viel erlebt: Umzüge, Schließungen, Umbauten am neuen Standort, ... - da ist es kaum zu glauben, dass dem riesigen Indoor-Club im Bunten Bahnhof nun eine ganz gewöhnliche Clubseason bevorsteht. Doch auch „gewöhnlich“ heißt bei der Scandale-Crew alles andere als „normal“. Stattdessen wird geklotzt und neu erfunden. Wir stellen die Highlights des Herbstes vor.

It's more than Fritz

Die erste große Empfehlung lässt hauptsächlich bekannte Musik spielen und weiß dennoch immer wieder zu überraschen. Die **Fritz-Party** macht am **30.9.** im Bunten Bahnhof Halt. Auf zwei Floors erwarten dich Black Music, Pop, Charts, Hip-Hop und alles, was du als Fritz-Hörer sonst noch begehrt.

Zeit für Keimzeit

Kling Klang, du und ich – die Güterzufuhrstraße lang? Die Band „**Keimzeit**“ legt am **19.10.** einen Tourstop im Scandale ein und gibt „von Feuerland bis Singapur“ ihre größten Lieder zum Besten.

Medusa trifft Nyx

Göttlich und gruselig wird es im Scandale dann am **30.10.** zu **Halloween**. Mit ausschließlich weiblichen Göttinnen an den Decks zelebriert das Scandale die teuflische Tradition. Freu dich auf Zeitreisen von 1980 bis 2010 mit Tinitussi und Kate Kaputto sowie auf Techno und Trance von Fatimja, Lilly's Heartbreak, Mimi und Trip Advisor.

Scandale Cottbus

Instagram: @bunterbahnhof
FB: BunterBahnhofCottbus
www.bunterbahnhof.de

30/09/2023
Bunter Bahnhof
Cottbus

rbb **FRITZ**

PARTY


SCANDALE
Bunter Bahnhof

2 Floors
ab 22 Uhr
Güterzufuhrstrasse 8, 03046 Cottbus

TICKETS:
10 € - VVK-Einzelticket
40 € - VVK 5er Gruppenticket
15 € - Abendkasse

Tickets sichern!



Kling Klang – ein Mysterium



Foto: Bernd Brundert

Wikipedia beschreibt „Keimzeit“ als Rockmusikgruppe – eine Verallgemeinerung, die der Band keinesfalls gerecht wird, wenngleich es Norbert Leisegang ohnehin egal ist, in welche Schublade man Keimzeit steckt. Der Frontmann der Band, die vor 30 Jahren den Dorftanz-Hit „Kling Klang“ in die Welt gab, legt mehr Wert darauf, auf verschiedene Arten Empfindungen bei den Zuhörern auszulösen. Was die zu DDR-Zeiten gegründete Band noch heute mit Cottbus verbindet und ob bei ihrer Best-of-Tour „Von Feuerland nach Singapur“ auch etwas für die jüngere Garde dabei ist, erfuhren wir im Interview.

Ihr seid zum wiederholten Male als Band in Cottbus. Was verbindet du mit dieser Stadt, abgesehen von euren Auftritten?

Ich verfolge die Stadtgeschichte Cottbus' seit den Achtzigern und weiß, dass diese Stadt eine kulturelle Hochburg in der Lausitz ist. Theater, Malerei und Musik in vielen Richtungen sind hier zuhause. Nur ein Beispiel: Die uns bekannte Band Sandow kommt aus Cott-

bus. Und seit einigen Jahren, wie ich vernahm, gibt es nun den Veranstaltungsort „Bunter Bahnhof“. Eine Ehre für uns, dort ein Konzert geben zu dürfen.

Ihr seid seit über 40 Jahren als Band unterwegs. Warum sollte man euer Konzert als 40-Jähriger besuchen – und warum als 20-Jähriger? Weißt du, hier soll niemand etwas sollen. Ein Kon-

zertbesuch ist glücklicherweise immer freiwillig. Von der Band und des Veranstalters im „Bunten Bahnhof“ aus, ist es lediglich ein Angebot und wir freuen uns, wenn Menschen gleich welchen Alters vorbeikommen.

In diesem Jahr feiert euer Hit „Kling Klang“ sein 30-jähriges Jubiläum. Das Lied darf auf keinem Tanz fehlen, insbesondere in der ländlichen Lausitz. Was glaubst du, ist das Erfolgsrezept dieses Songs? Niemand hatte vor dreißig Jahren sagen können, wohin sich dieser Song



entwickelt. Allenfalls der Produzent Ralf Bostelmann-Böhme, der sich damals in den Kopf setzte, das Lied populär zu machen. Für mich bleibt es ein Mysterium.

Welche sind deine persönlichen Lieblingssongs aus eurer Bandgeschichte und warum? Da würde ich mich eher zurückhalten. Wir nehmen die Songs auf und veröffentlichen sie. Wenn der ein oder andere das Herz berührt, sind wir am Ziel unserer Bemühungen.

Welche Pläne habt ihr als Band für die kommenden bis zu 40 Jahre? Mit den Zukunftsplänen waren wir immer sehr vorsichtig. Die Realität hält sich nur selten an einen Plan. Vielmehr sind wir dankbar über das, was sich bislang ereignet hat. Wie es scheint, fällt uns das Glück immer wieder in den Schoß. So freuen wir uns auf das Konzert am 19. Oktober im Bunten Bahnhof. Einen Tag später besuchen wir den L2 Club in Görlitz.

Welche Emotionen vermag ein Keimzeit-Konzert bei dir auszulösen? Finde es heraus:

Keimzeit in Cottbus
19.10. | 19:30 | Bunter Bahnhof CB
www.bunterbahnhof.de

Keimzeit in Görlitz
20.10. | 19:00 | L2 Club Görlitz
www.l2club.de



Championsleague im Hahnrupfen

In der Sommerausgabe berichteten wir über die Erntefeste – eine sorbisch/wendische Tradition unserer Region. Am 30.9. steigt mit dem Superkokot der finale Wettbewerb: Alle Erntekönige aus 2023 treten beim Hahnrupfen gegeneinander an, um den König der Könige (Superkral) zu küren. Da der amtierende Superkral aus Dissen stammt, findet der Superkokot dort auf dem Sportplatz statt. Mit abendlichem Tanz.

30.09. | 13:30 Uhr | Sportplatz Dissen
www.dissen-striesow.de

Rock am Block mit seltenem Besuch

Eigentlich ist die Wave-Pop-Band *Derrière le Miroir* seit 2002 nicht mehr live unterwegs, doch für ihre Jubiläumstour machen sie eine Ausnahme und kommen ins Kulturzentrum Bunte Welt in Cottbus. Ebenfalls on stage: The Ultimate Dreamers aus Belgien mit Post-Punk/Cold-Wave-Sounds sowie die Darkrock-Band Average Victims. Mit Aftershow von Tesla Project.



14.10. | 20 Uhr | Kulturzentrum Bunte Welt Cottbus | bunteweltcb.eventbrite.de



Alles handgemacht!

Du hast Bock auf Stöbern, Trödeln und Shoppen? Dann merke dir den 14 und 15. Oktober vor. An diesem Samstag (11 bis 18 Uhr) und Sonntag (10 bis 17 Uhr) steigt der „handgemacht“ Kreativmarkt in der Messe Cottbus, ein Markt rund um Labels und Designer. Der Eintritt kostet nur 5 Euro bzw. 3 Euro für Schüler:innen und Studierende – und bei Interesse kannst du auch selbst mitmachen.

14. & 15.10. | Messe Cottbus
www.kreativmaerkte.de

HANDMADE · UPCYCLING
DESIGN · KREATIV · DIY ...



weitere
Infos
HIER

Der Marktplatz für
Kreative & Bastler

Kreativ Markt



14./15. OKTOBER
MESSE COTTBUS



KREATIVMAERKTE.DE





Sexy Hoyerswerda-Halloween

Am 4.11. wird in Hoyerswerda die Einkaufs- wie- der zur Partymeile umgebaut und das ganze Spektakel in Grusel-Atmosphäre gestylt. Es ist Zeit für Sexy Nights: Halloween Edition im Lausitz-Center! Auf mehreren Floors erwarten dich DJs und Musikrichtungen für alle Geschmäcker. Das Drumherum wartet mit Überraschungen wie Sexy Dance Performances, Kostümwettbewerb, Pizza und vielem mehr auf.

4.11. | 22 Uhr | Lausitz-Center Hoyerswerda
Facebook/Insta: [background.events.lausitz](https://www.facebook.com/background.events.lausitz)

Ein Traum für 90ies-Kids

Nach über 600 Shows in mehr als 300 Städten kommt mit Venga Venga Deutschlands wohl verrückteste Partyshow nach Finsterwalde in die Kjellberg-Cafeteria. Eine Nacht lang zelebrieren die Venga DeeJays und die Cosmic Dance Crew die größten Hits der 90er und 2000er – dazu gibt's LED-Stäbe, Knicklichter, Konfetti, CO2-Guns, Feuer und vieles mehr.



25.11. | 20 Uhr | Alte Cafeteria (OKS 15) Finsterwalde | [ticket.io](https://www.ticket.io): [aufgelegtundabgedreht](https://www.ticket.io/aufgelegtundabgedreht)



Bahnhofsparanoia mit Stixonspeed

Seit 2022 veranstaltet das Kollektiv „Closed Eyes Society“ die krasssten Raves in Cottbus. Am 2. Dezember muss der Bunte Bahnhof dran glauben. Auf zwei Floors bringen DJs alle Härtegrade von DnB, Techno und Goa aufs Parkett und halten dich bis zum Morgengrauen auf den Beinen. Als Special Guest mit dabei: der Live-DnB-Performer Stixonspeed.

2.12. | 22 Uhr | Bunter Bahnhof Cottbus
www.bunterbahnhof.de



UPCOMING EVENTS

BURGERABENDE / COCKTAILABENDE / KARAOKE /
SCHLAGERNACHT / HALLOWEENPARTY /
GIRLSNIGHT UVM

OKTOBER

04

AB 17 UHR

EVENTPLAN OKTOBER

**COCKTAILABEND
MIT HAPPY HOUR**

5.-6.10. BURGERABEND 25.10. COCKTAILABEND
7.10. SCHLAGERNACHT 26.-27.10. BURGERABEND
21.10. KARAOKE 28.10. KARAOKE

31.10. HALLOWEENPARTY

01731052785

Robert-Koch-Straße 46A

03222 Lubbenau

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN

Nixen im Kreuzverhör

Cindy Ahne,
20. Spremberger Spreenixe



Lucy Haschick,
21. Spremberger Spreenixe



Foto: Firma Handrick

Sie vertreten ihre Stadt nach außen, besuchen so viele Feste und Feiern wie kaum eine andere:r und fühlen sich im Wasser am wohlsten – seit 1996 kürt Spremberg anfangs jährlich, mittlerweile alle zwei Jahre die Spremberger Spreenixe. Beim Heimatfest im August stellte die Spremberg ihre neue, nunmehr 21. Nixe vor: die 20-jährige Lucy Haschick. Zeitgleich kam unsere Redaktion zufälligerweise mit ihrer Vorgängerin Cindy Ahne (32) ins Gespräch. Ein toller Anlass für ein Doppelinterview – Lucy und Cindy berichten von (erfüllten?) Erwartungen und Leeren einer Spremberger Spreenixe.

Lucy, mit welchen Eigenschaften von dir könntest du die Jury davon überzeugen, dass du die beste Wahl als Spreenixe bist?

Lucy: Das lässt sich schwer sagen, da alle Bewerberinnen individuelle und gute Argumente für ihr Interesse an dem Amt und für die Repräsentation von Spremberg hatten. Ich für meinen Teil habe auf Authentizität gesetzt und mich genau so verhalten, wie ich es immer tue und wie ich eben bin. Das ist mir von vornherein wirklich sehr wichtig gewesen und ich bin sehr glücklich, dass es dazu so viel positives Feedback gab.

Zu den Aufgaben einer Spremberger Spreenixe gehört neben dem Besuch von Events auch das Schreiben von Autogrammkarten. Lucy, mit wie vielen rechnest du während deiner Amtszeit?

Lucy: Das kann ich zum jetzigen Zeitpunkt sehr schwer einschätzen, da es wirklich von den Veranstaltungen abhängt. Beim Heimatfest beispielsweise habe ich sehr viele Autogrammkarten verteilen können, weil das Interesse (auch vor allem bei Sammlern) sehr groß war.

Cindy, wie viele Autogrammkartenwünsche hast du in deiner Amtszeit bekommen? Entsprach die Anzahl deinen Erwartungen?

Cindy: Tatsächlich dachte ich mir, als ich den ersten Schwung Autogrammkarten bei Firma Handrick abholte: „100 Stück? Das sind ganz schön viele!“. Ich hatte gut 500 Autogrammkarten über die

Zeit, welche auf der Rückseite auch immer angepasst wurden an die aktuellen Spremberger Veranstaltungen. Und tatsächlich bekomme ich auch jetzt nach meiner Amtszeit noch Autogrammkarten-Anfragen. Viele sind aber nicht mehr übrig.

Cindy und Lucy, was meint ihr: Wie wichtig ist für eine Spreenixe die Affinität mit Wasser und wo geht ihr in der Lausitz am liebsten Baden?

Cindy: Das Ehrenamt der Spremberger Spreenixe ist eine Nichtschwimmer-freie Zone. Es ist Tradition, dass die Spreenixe beim 24-Stunden-Schwimmen die erste Bahn mitschwimmt. Vorteilhaft für das Anschwimmen wäre, wenn man dabei nicht wasserscheu ist und Spaß beim Planschen hat.

Das Lausitzer Seenland bietet so viele Bademöglichkeiten und Wassersportarten, dass ich mich gar nicht entscheiden kann, wo ich am liebsten bin. Für einen entspannten Strandtag eignet sich der Felixsee oder unbenannte kleine Tagebaurestlöcher und geheime Badestellen, die nur mit Motorrad oder Fahrrad erreichbar sind. Darf der Tag aktionsreicher sein, bietet sich ein Besuch unseres Spremberger Freibades oder der Wake&Beach-Anlage am Halbendorfer See an.

Lucy: Sehr wichtig, da sich das Thema nicht nur in meinem Kleid widerspiegelt, sondern natürlich auch die Spree an sich eine gro- »

Nixen im Kreuzverhör

ße Rolle in Spremberg spielt. Die Spreenixe ist sehr stolz auf ihr Gewässer und die dazu gehörige Stadt.

In der Lausitz bade ich am liebsten im Freibad Kochsagrund, da es Spaß für Groß und Klein bietet und mit der großen Liegefläche eine tolle Möglichkeit zum Entspannen darstellt. Des Weiteren kann ich umliegende Seen wie beispielsweise den Felixsee mit seinem klaren Gewässer empfehlen.

Lucy, vor dir liegen zwei Jahre als Person des öffentlichen Lebens. Was glaubst du: Wird dich diese Zeit verändern?

Lucy: Ja, davon gehe ich aus ... und zwar im positiven Sinne. Ich

denke die nächsten zwei Jahre werden eine große Rolle in meiner persönlichen Entwicklung spielen, denn ich werde in dieser Zeit viele neue Menschen kennenlernen und unglaublich viele Erfahrungen machen. Auf diese Erfahrungen freue ich mich sehr und ich denke, dass das gesamte Ehrenamt nicht nur mein Selbstvertrauen, sondern auch mein Verantwortungsbeusstsein stärken wird.

Cindy, wie schaut's bei dir aus: Hat dich die Spreenixen-Zeit verändert?

Cindy: Aufgrund der Veranstaltungspause während der schwierigen Corona-Zeit verlängerte sich meine Amtszeit sogar von zwei

Wasserverliebtheit gehört zum Amt einer Spreenixe genauso dazu wie das Besuchen von Veranstaltungen aller Art, um Spremberg nach außen zu vertreten.



auf vier Jahre. Und ja, definitiv. Ich bin ignoranter gegenüber der gedruckten Tagespresse geworden. Anfangs hab ich noch gern nach Zeitungen gesucht, die mich erwähnten und beschäftigte mich intensiver damit.

Doch während der Coronazeit änderte sich das schlagartig. Ich konnte beobachten, wie Stadtmitarbeiter, Händler und Vereine an einem Strang zogen um kulturelle Veranstaltungen im Rahmen der Coronaverordnungen für die Spremberger zu ermöglichen.

Manche geschriebenen Artikel von der LR rückten diese bewusst in ein so negatives Licht, dass ich überhaupt keine Lust mehr hab, mich mit solchen Zeitungen zu beschäftigen. Dann bleib ich lieber in meiner Instagram- und Facebook-Bubble und schaue mir Bilder, Eindrücke und Berichte direkt von der Spremberger Stadtseite, von anderen Hoheiten oder von Sprembergern an, die neutral oder positiv und nicht realitätsfern und reißerisch berichten.

Allgemein wollten während der Amtszeit und der schwierigen Coronaphase viele Leute sagen, was man zu tun und zu lassen hat. Wenn man allerdings versucht, es allen recht zu machen, kann man nur scheitern und vergisst dabei das wirklich Wichtige an der Amtszeit, nämlich diese einfach zu genießen, Spaß zu haben und auf Veranstaltungen Freude zu verbreiten. Man wird auf jeden Fall selbstbewusster.

Cindy, welchen Tipp würdest du Lucy für ihre Zeit als Spreenixe geben?

Cindy: Privatleben und Öffentlichkeit voneinander so gut es geht zu trennen.

Wo seht ihr euch in zwei Jahren?

Lucy: In den nächsten zwei Jahren sehe ich mich immer noch hier in der Region. Für mich war schon sehr zeitig klar, dass ich später weiterhin hier wohnen und auch arbeiten möchte. Momentan studiere ich ja Soziale Arbeit an der BTU in Cottbus-Senftenberg und das würde ich natürlich auch in zwei Jahren noch sehr gerne tun. In den nächsten zwei Jahren würde ich gerne wieder zu meinen früheren Hobbys (Gesang & Tanz) zurückkehren und diese weiter ausbauen.

Es wäre zudem wirklich schön, Spremberg überregional noch mehr zu fördern und der Stadt mit all ihren Gemeinden auch außerhalb der Region einen Namen zu machen. Das liegt mir wirklich sehr am Herzen, da die Stadt noch weitaus mehr Anerkennung verdient.

Cindy: Man weiß nie, was die Zeit so bringt, aber ich sehe mich definitiv immer noch als heimatverliebte Sprembergerin im Lausitzer Seenland planschen <3

**Autogrammkartenwünsche an:
Stadt Spremberg
Am Markt 1, 03130 Spremberg
Instagram: 21.spreenixe**



Kennys Sammlung, bestehend aus über 500 Filmen und Serien



Vor langer Zeit, im Jahr 2012, stellte uns Kenny seinen Lieblingsort in Cottbus vor: die VIDEO WORLD.

Wie viele andere Videotheken gehört die in Zeiten von Netflix und Co. mittlerweile der Vergangenheit an, Kenny ist seiner Leidenschaft jedoch treu geblieben. Er hat sich kurzerhand zuhause ein eigenes Film-Imperium aufgebaut und kehrt nun ins lauter zurück, um sowohl zu Klassikern, als auch aktuellen Kinofilmen seine Meinung abzugeben.

Tipps vom lauter.kinoking Kenny



The Creator

Von Gareth Edwards mit John David Washington, Madeleine Yuna Voyles, ...

Eigentlich zu ihrem Schutz erschaffen, haben sich KI-Mächte per Krieg gegen die Menschheit gewandt. Doch als eine neue Waffe des KI-Entwicklers „Creator“ diesen ein für alle Mal entscheiden könnte, wagt sich Ex-Agent Joshua tief ins feindliche Gebiet, nur um zu entdecken, dass es sich bei der Waffe um eine KI in Form eines Kindes handelt.

28.09. | Sci-Fi/Drama | 2h 15min | FSK 12

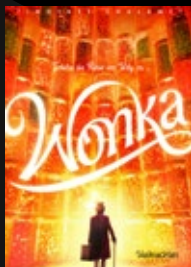


Die Tribute von Panem – Prequel

Von Francis Lawrence mit Tom Blyth, Rachel Zegler, Hunter Schafer, ...

„Das Lied von Vogel und Schlange“ spielt 64 Jahre vor den bekannten Ereignissen, kurz nach der gescheiterten Rebellion der Distrikte. Es stehen die 10. Hungerspiele an, bei denen sich der 18-jährige Coriolanus (noch-nicht-Präsident) Snow als Mentor beweisen muss, als Schützling aber ausgerechnet das weibliche Tribut aus Distrikt 12 bekommt.

17.11. | Action/Abenteuer | 2h 45min | FSK 12



Wonka

Von Paul King mit Timothée Chalamet, Keegan-Michael Key, Sally Hawkins, ...

Von seinen ersten Abenteuern über das Kennenlernen mit den Oompa-Loompas bis zur Eröffnung eines eigenen Ladens – dieses Prequel erzählt die Geschichte von Willy Wonka aus dem Klassiker „Charlie und die Schokoladenfabrik“ und wie der Chocolatier sich in seiner Heimat gegen das Monopol eines Schokoladenkartells behaupten kann.

14.12. | Fantasy/Musical | FSK 0

Horror-Spezial



The Nun II

Von Michael Chaves mit Bonnie Aarons, Taisa Farmiga, Storm Reid, ...

Erst vier Jahre ist es her, dass Schwester Irene in Teil 1 „Valak“, den Dämon in Nonnengestalt, in die Unterwelt verbannen konnte, als sich nach dem Tod eines Pfarrers in Frankreich wieder übersinnliche Dinge ereignen. Schnell wird ihr klar, wer hier sein mörderisches Unwesen treibt und das diesmal ausgerechnet in einem Mädchenhaus.

21.09. | Horror/Thriller | 1h 40min | FSK 16



Der Exorzist: Bekenntnis

Von David Gordon Green mit Leslie Odom Jr., Olivia Marcum, Lidya Jewett, ...

Für den alleinerziehenden Vater Victor Fielding steht seine Tochter Angela immer an erster Stelle. Doch als diese mit einer Schulfreundin plötzlich für drei Tage im Wald verschwindet, beginnt für ihn eine Reihe schauerlicher Ereignisse, denn obwohl die Mädchen wieder auftauchen, scheint etwas Böses von ihnen Besitz ergriffen zu haben.

12.10. | Horror | 2h 1min | FSK 16



Saw X

Von Kevin Greutert mit Tobin Bell, Shawnee Smith, Synnøve Macody Lund, ...

Nach den Ereignissen von SAW I reist John Kramer nach Mexiko, wo es Hoffnung auf die Heilung seiner Krebserkrankung geben soll. Als sich das ganze jedoch als Schwindel herausstellt, macht sich der Serienmörder wieder ans Werk, um mit seinen diabolischen Todesfallen die Scharlatane zur Rechenschaft zu ziehen.

30.11. | Horror/Thriller | 1h 30min | FSK 18

Tipps vom lauter.kinoking Kenny



🎧 Kenny zu Saw

„Man mag mich krank nennen, Saw kenne ich aber schon seit der 6. Klasse. Damals wollte ich mit Freunden immer irgendwelche krasse Filme gucken und was passt da schon besser als Saw?! Schließlich geht es da meistens darum, wie Leute vor die Wahl gestellt werden, entweder zu sterben oder etwas zu opfern, was meistens mit dem Herausschneiden oder -sägen verschiedenster Körperteile verbunden ist. Richtig kranker shit also. Und auch die Story war ziemlich abgedreht – mit John Kramer, dem originalen Jigsaw-Mörder, der sich als Krebspatient von seinen Ärzten im Stich gelassen fühlt und ihnen deswegen so den Wert des Lebens lehren will. Selbst ich als Fan der Reihe muss aber zugeben, dass an das Psychospiel des ersten Teils von 2004 leider kein weiterer mehr herankam. Umso mehr freue ich mich dafür aber auf Saw X, wo es mit ähnlichem Setting, einer Handlung zwischen Teil eins & zwei und endlich wieder John Kramer in der Hauptrolle, scheinbar back to the roots geht.“



Der Ursprung der Reihe, heute auch als Saw 0.5 bekannt, ist übrigens ein zehnminütiger Kurzfilm von 2003, den Regisseur James Wan damals noch als Student produzierte und damit die Langfassung finanzierte. Bei den restlichen Saw-Filmen hat er dann zwar keine Regie mehr geführt, dafür aber z.B. die Insidious-Reihe rausgebracht und am Conjuring-Franchise mitgewirkt – so auch an dessen Spin-off The Nun. Mit dessen zweiten Teil, der nun in die Kinos kommt, hat Wan aber nicht mehr viel zu tun. Gerade weil die Reihe so brutal ist, hatte ich bis jetzt keine Chance an alle Teile in ungeschnittener Version zu kommen, mit dem Jubiläum von Saw X hoffe ich aber auf eine Collectors Box - bis dahin habe ich hier nur ein paar lose CDs herumliegen.“



Tipps vom lauter.kinoking Kenny



DogMan

Von Luc Besson mit mit Caleb Landry Jones, Clemens Schick, Jojo T. Gibbs, ... Douglas muss unter seinem gewalttätigen Vater eine schwere Kindheit durchmachen, dessen einzige Zuflucht die bedingungslose Liebe ist, die ihm Hunde entgegenzubringen scheinen. Im Jetzt: Als Erwachsener wird er blutverschmiert und mit einem Lastwagen voller Vierbeiner von der Polizei aufgegriffen und hat eine haarsträubende Geschichte parat.

12.10. | Drama/Action | 1h 53min | FSK 16



Kenny zu DogMan

„An DogMan gibt's gleich mehrere Dinge, die ihn zu meinem momentan am heißesten erwarteten Kinofilm machen. Auf der einen Seite wäre da der Regie führende Luc Besson, der mit zum Beispiel Nikita, Léon - Der Profi, Das fünfte Element und Lucy bereits eine ganze Reihe von Kultfilmen gemacht hat. Auf der anderen Seite bin ich schon allein vom Trailer so begeistert, dass ich den ganze acht oder zehn Mal gesehen habe.

Da geht es ja um einen Mann, der in seiner Kindheit beinahe gebrochen wurde und in den paar Szenen sieht man ihn schon über das Thema Identität reden, während er sich mal Dragqueen-artig verkleidet und mal scheinbare Mafioso mit einer Schrotflinte niederschießt.

Ich glaube, man kann sich hier also auf eine sehr dramatische Charakterstudie, ähnlich dem Film Joker, voller Emotionen freuen. So geht mir schon jetzt der poetische Satz „Ich mochte Verkleidungen schon immer. Das macht man so, wenn man nicht weiß, wer man wirklich ist, oder?“ vom Trailer nicht mehr aus dem Kopf.“



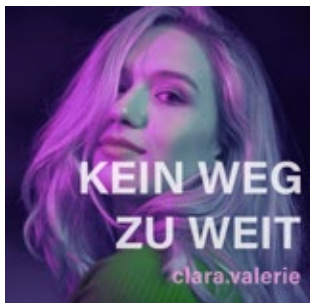


The Idol

Obwohl Regisseur Sam Levinson mit „Euphoria“ schon eine meiner absoluten Lieblingsserien gemacht hat, die ich schon drei Mal durchgesehen habe und nur wärmstens empfehlen kann, wusste ich über „The Idol“ im Vorfeld gar nichts, bis ich sie spontan auf Sky entdeckt habe. Mit dem eigentlich als Sänger „The Weeknd“ bekannten Abel Tesfaye und Lily-Rose (Tochter-von-Johnny) Depp in den Hauptrollen ist das sogar nur noch verwunderlicher. Sie spielt in der Serie auf jeden Fall einen Newcomer-Popstar, die mit dem sehr großen Erfolg ihrer bereits verstorbenen Mutter zu kämpfen hat. Bis plötzlich ein Mann in ihr Leben tritt, der behauptet, ihr ganzes Potenzial aus ihr herauszuholen zu können. Und durch die stark narzisstischen Züge dieses Typen, der ihr quasi den „wahren Weg“ zeigen und sie dabei auch kontrollieren möchte, spitzt sich die Situation so weit zu, dass sie bis in SM mündet – und auf jeden Fall nicht zu wenig davon. Gerade wegen der vielen sexuellen Darstellungen wurde die Serie zwar auch sehr stark kritisiert oder sogar gesagt, dass es schlecht gespielt war, für mich war es aber vorne bis hinten sehr packend. The Idol zeigt halt ein bisschen, wie extrem das Musikbusiness eigentlich sein kann und auch wenn es die Gemüter spaltet, waren die kurzweiligen 5 Folgen für mich eine tolle Entdeckung und eine Empfehlung wert.



Clara Valerie - Kein Weg zu weit



Bei diesem im Juni 2023 veröffentlichten Pop-Rock-Song der Lausitzer Singer-Songwriterin Clara Valerie geht es um

Mut und Durchsetzungsfähigkeit. Damit folgt sie ihrer Linie, in ihren Songs aktuelle Herzenthemata anzusprechen. Sehenswert ist das Musikvideo, das von einem Lausitzer Filmteam produziert und unter anderem in der Theaterscheune in Cottbus aufgenommen wurde.

Instagram: [clara.valerie.music](https://www.instagram.com/clara.valerie.music) | YouTube, Spotify uvm.: Clara Valerie

Jordan Hanson - Laut wenn ich schweige



Jordan Hanson hat Wurzeln in der Region - und steht für EDM-Schlager mit Aussage. In „Laut

wenn ich schweige“ denkt Jordan über sein Leben nach und kommt zu dem Schluss, dass auch Schweigen eine Aussage hat. Ebenso bringt er die Sehnsucht nach einem Lebenspartner zum Ausdruck. Ein mutiger und tanzbarer Schlager mit einem ungewöhnlichen Thema.



Instagram: [jordanhansonmusic](https://www.instagram.com/jordanhansonmusic) | [jordanhanson.de](https://www.jordanhanson.de)

Neue Mukke aus der Lausitz

Vivien Gold – Astronaut



Mit nostalgischen 80er-Jahre-Elementen wagt Vivien Gold eine weitere musikalische Facette und zeigt,

wie sich der moderne Schlager mit unterschiedlichen Genres vereint. Schon beim Beginn der ersten Synthie-Klänge werden Erinnerungen an das Zeitalter der 80er wach. Textlich geht es darum, die Gedanken auszuschalten und sich auf den Moment einzulassen.

Instagram: [viviengold.musik](https://www.instagram.com/viviengold.musik) | www.viviengold.de

Dein Song auf dieser Seite

In dieser Rubrik stellen wir die Releases von Lausitzer Musikern vor. Bist du ein:e Sänger:in, Rapper:in oder Produzent:in? Dann sende uns Infos zu deinen anstehenden Releases an redaktion@lauter.de oder alternativ per Nachricht an Facebook/Instagram: @lauter.de. Teile uns dabei mit, wie du und dein Song bzw. Album heißen und auf welchen Streamingplattformen man dich finden kann. In der kommenden Ausgabe stellen wir dein Musikstück gern vor!



Singles, EPs oder Alben | Genre egal | Hauptsache aus der Lausitz

Wilde Orgeln



Foto: Marlies Kross

Wenn Philipp und Florian musizieren, erleben Zuhörer:innen ein akustisches Abenteuer. Sie füllen als Duo „ZaZa“ nicht etwa konventionelle Locations wie Bars oder Stadthallen, sondern: Kirchen. Zum Einsatz kommen dabei Orgel und Saxophon. Wer denkt, ihre Auftritte wären Rentnerbespaßung, der irrt. Mit ihrem modernen musikalischen Ansatz, der von Jazz und Pop über Filmmusik bis hin zu Bob Marley reicht, begeistern sie Jung und Alt gleichermaßen. Die räumliche und klangliche Wirkung der Gotteshäuser verleiht ihrer Show das gewisse Etwas. Wir fragten nach, wie sie auf diese ungewöhnlichen Ideen kamen, lernten, was eine gute Orgel ausmacht und erfuhren von einer absoluten Traum-Kirche auf Island.

Im Interview: Duo ZaZa

Wie habt ihr euch kennengelernt und seit wann macht ihr zusammen Musik? Kennengelernt haben wir uns während des Musikstudiums in der ehemaligen FH Lausitz in Sachsendorf. Wir hatten uns schon am ersten Studientag bestens unterhalten. Das war der Startpunkt für unsere Freundschaft sowie die regelmäßige Zusammenarbeit in unterschiedlichen Musikprojekten während und nach dem Studium.

In welcher Kirche bekam ihr die Idee, mit Jazz, Pop und Reggae in Gotteshäusern aufzutreten? Die Erleuchtung dazu kam uns in der kleinen Kirche St. Peter im Rosenthal in Kärnten/Österreich. Dort waren wir mit Freunden im Rennradurlaub ... die Kirche stand direkt neben dem Haus der Freunde, wo wir den Urlaub verbrachten. Sie stand immer offen. Eines Tages gingen wir rein und einer aus der Truppe begann zu singen – andere setzten mit ein ... Da kam uns dann die Idee: Es war der wahnsinnig schöne Raumklang und Hall, der uns im Grunde so faszinierte. Wir fragten uns: Wie wird die gemeinsame Musik von Saxophon und Orgel klingen? Wir mussten es ausprobieren ...

Wie übt ihr für eure Auftritte, habt ihr zuverlässigen Zugriff auf eine Orgel? Wir proben sehr regelmäßig und haben dankenswerterweise direkten Zugang zur Klosterkirche in Cott-

bus. Der dortige Pfarrer Gürtler und die Kantorin Frau Drogan ermöglichen uns das Üben in dieser wunderschönen Kirche. Auch in Frankfurt/Oder können wir regelmäßig in der Gertraudenkirche spielen. Unser Eindruck ist, dass es auch eine große Freude darüber gibt, dass die Orgeln bespielt werden. Denn das Schlimmste für solch ein Instrument ist, wenn es nicht benutzt wird!

Was macht eine gute Orgel aus? Dass die Intonation sauber ist und alle Register funktionieren und gut klingen. Dass sie eine Tastatur hat, die nicht laut klappert, eine reguläre Größe hat und nicht sehr klein ausfällt. In einer kleinen Dorfkirche haben wir das tatsächlich einmal erlebt, die Tastatur war viel kleiner als üblich, und somit war das Spielen darauf eine echte Herausforderung! Und viele Register ermöglichen es, die Musik klanglich vielfältig zu gestalten!

Wenn ihr zusätzlich zu Saxophon und Orgel ein weiteres Instrument in eure Konzerte einbauen könntet, welches wäre es und warum? Wir verwenden bei manchen Stücken eine Cajon (spanische Sitztrommel) und bedienen uns auch der sogenannten Bodypercussion. Wir imitieren damit also weitestgehend das Schlagzeug, wenn wir der Auffassung sind, dem Song tue etwas zusätzlicher „Drive“ ☞

Wilde Orgeln

gut. Melodie- und Harmonieinstrumente wünschen wir uns keine weiteren. Unsere beiden Instrumente zusammen ergeben derart viele klanglichen Möglichkeiten, dass wir viele weitere Jahre brauchen werden, bis wir das alles auch nur ansatzweise ausgeschöpft haben.

Welche Rolle spielt der Glaube an das Christentum für euch als Musiker – und für euch als Menschen? Kirchen sind für uns Orte des Glaubens, des Rückzugs und der inneren Einkehr. Der christliche Glaube ist unsere Prägung, die wir beide in unseren Familien in Kinder- und Jugendjahren erfahren haben. Die christlichen Werte sind für uns Maßgabe und Orientierung im menschlichen Miteinander. Nun schaffen wir aus dieser Erfahrung heraus neue Verknüpfungen. So gibt es in unserem Programm keine geistlichen Choräle, die sonst in Kirchen gesungen und gespielt werden, aber zum Beispiel Reggae-songs von Bob Marley – der Mann war gläubiger Christ!

Welche Bedeutung steckt hinter eurem Namen? Als wir auf Konzerttournee waren, blätterten wir in einem alten Buch meines Großvaters Jonny, dort stießen wir auf den Begriff Zaza. Er bedeutet „Oase“ in der Sprache einer kleinen ethnischen Minderheit auf dem afrikanischen Kontinent. Sowohl Klang des Wortes als auch Bedeutung haben uns sofort überzeugt!

Welche Kirche war die bisher schönste, in der ihr spielen durftet und welche weitere steht ganz oben auf euer Bucket List? Wir spielen wirklich überall gern! Jede Kirche hat ihren Reiz, jede Orgel ihren eigenen Klang, jede Kirche ihren einzigartigen Raumklang. Besonders mögen wir Kirchen, die schlicht und bescheiden gestaltet sind. Sehr gern spielen würden wir in der Hallgrímskirkja auf Island. Die Kirche steht direkt in Reykjavík, ein modernes Kirchengebäude mit einer tollen Orgel! Als ich (Philipp) dort vor 15 Jahren lebte, war ich noch kein Berufsmusiker, verdingte mich als Barista und war Gletscherführer. Nun die Rückkehr, nach so vielen Jahren und der zurückliegenden Professionalisierung – wie schön wäre dort ein Konzert mit ZaZa!

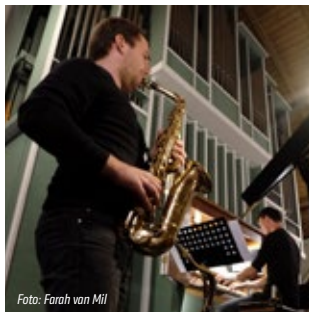


Foto: Farah van Mil

Nächstes Konzert: 08.10. 16 Uhr: Kirche St. Maria Friedenskönigin Cottbus

www.duozaza.com



Das Lauter-Fanvoting

Diesmal mit Hip-Hop und Rap! Welche:r Musiker:in hat die größte Fangemeinde in der Lausitz? In jeder lauter-Ausgabe nehmen wir uns ein Musikgenre vor und lassen dich für deine Lieblingskünstler:innen abstimmen. Mit dabei sind diesmal sieben Lausitzer Musiker:innen aus Rap und Hip-Hop. Sie überzeugen allesamt mit einer Menge Talent. Doch wer die meisten Probs bekommt, liegt in deiner Hand! Gib deine Stimme auf unserer Insta-Seite ab. Die Sieger erhalten ein Interview mit uns in der kommenden Ausgabe vom lauter-Magazin.

Voting-Start: 10.10. | Ende: 17.10.
Instagram: @lauter.de



roickxan

roickxan, der Junge aus Friedrichshain am Felixsee, bahnt sich seinen Weg durch den grauen Alltag der Gesellschaft mithilfe der Musik. Durch melancholischen Cloud Rap und trappige Beats verarbeitet er die Probleme seines Lebens. Doch kommt die Nacht daher, wechselt er seine Persönlichkeit und performt asoziale Tracks, die auch unter die Gürtellinie gehen dürfen.

Insta: roickxan
Spotify: roickxan



NYGMA

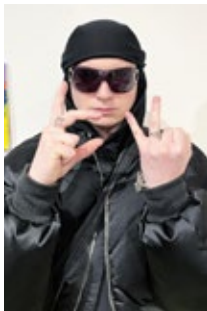
Atmosphärische Hardtype- und Housebeats gehören zu seinem musikalischen Arsenal, textlich verpackt NYGMA die alltäglichen Sorgen und Struggles aus seiner Generation. So kann es zwischen asozialen Themen auch mal tiefgründig werden. Neben deepen Lyrics immer wichtig: die Tanzbarkeit, die gern mehr als Kopfnicken auslösen darf.

Instagram: whoisnygma
Spotify: NYGMA

Mouny aka. Borris Beast

Was den Forster auszeichnet, sind seine zwei individuellen Artist-Accounts Mouny und Borris Beast. Damit spricht er verschiedene Aspekte an: Zum einen liefert er mit Mouny tiefgründige Texte über Erfahrungswerte und seine grundlegende Lebenseinstellung. Borris spiegelt seine künstlerische Ader wider, einfache Unterhaltung, die, wenn man genau hinhört auch ziemlich in die Tiefe gehen kann.

Instagram: iamouny
Spotify: Mouny



Icyboyjay

Dicke 808s, freche Lyrics und der Zahn der Zeit ergeben den Cottbuser Icyboyjay aka. Eismann aka. Eislord. Mit Kid Lex auf den Ami-lastigen Beats ist immer für eine Überraschung in der Ohrmuschel gesorgt. Mal verliert man sich in Melancholie und Texten, die einen zum Nachdenken anregen – und mal findet man sich in Moshpits zum dröhnenden Bass wieder. Egal wie: Icyboyjay sorgt für Turn-Up!

Instagram: icyboyjay
Spotify: Icyboyjay



Youngxan

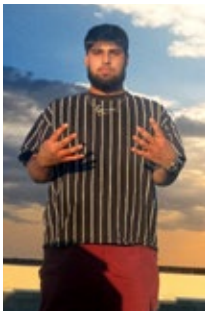
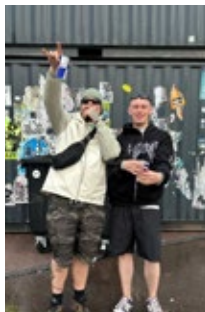
Youngxan konnte zwar noch keine Auftritte verzeichnen, steckt aber schon seit fünf Jahren mitten in der Musikproduktion. Der 24-jährige Cottbuser zeichnet sich dadurch aus, dass er sich auf kein Genre beschränkt. Je nach Stimmung macht er mal einen Club-Track und danach wieder einen Sad-Track. So bildet seine beeindruckende Diskografie ein riesiges Spektrum ab.

Instagram: young.xan
Spotify: Youngxan

Whonka48 & Pissi

Zwei Cottbuser Jungs mit dem Herz am rechten Fleck: Pissi und Whonka reflektieren in ihren Texten wie es ist, zwischen wilden Partynächten und verkaterten Erinnerungslücken am Morgen, den Zeitgeist der Cottbuser Jugend zu leben. Die zwei nehmen sich nicht allzu ernst, denn in erster Linie geht es ihnen darum, genau diese Zeit zwischen selfmade Tattoos, Partyeskapaden und nächtlichen Recording-Sessions zu genießen.

Instagram: whonka48 / pissi_official
Spotify: Whonka48 / Pissi



Trippitrap

Trippitrap, 20 Jahre alt, stammt aus Lübben und setzt sich in Cottbus zunehmend auf die musikalische Landkarte. Sein Sound zeugt vom Glauben an sich selbst und authentischen Geschichten, mit denen sich seine Hörer:innen identifizieren können. Einen Einblick in seine Welt gibt die EP „Work Hard Play Hard“, die er mit seinem Kumpel BlackSheep-DieYoung22 aufgenommen hat.

Instagram: Trippitrap
Spotify: Trippi Trap

Lachen, Weinen, Lieben, Hassen



Frisch zum Erscheinen dieser Ausgabe brachte unsere Siegerin beim Schlager- und Pop-Fanvoting Janina aka. Play with Fire eine neue Single heraus: „Stay With You“ kann seit dem 22. September überall gestreamt werden. Nicht nur singen kann sie – auch das Schauspielern verfolgt sie. Am 1. und 2. Dezember kann man sie in „Maria Magdalena“ von Friedrich Hebbel an der Fritz-Kirchhoff-Schauspielschule „Der Kreis“ in Berlin sehen. Mit Musik und Theater fand die in Calau aufgewachsene Berlinerin zwei Leidenschaften voller Emotionen. Um Empfindungen wie Lachen, Weinen, Lieben und Hassen dreht sich auch unser folgendes Interview.

Gewinnerin des letzten Fanvotings

Herzlichen Glückwunsch zum Sieg bei unserem Fanvoting! Was glaubst du: Warum gab der Großteil dir seine Stimme?

Vielen Dank, ich freue mich sehr darüber, dass ich gewonnen habe. Ich glaube, dass der Großteil mir seine Stimme gegeben hat, weil mein Song „Konfetti“ ein großes Ohrwurm-Potenzial hat, dem haben mir schon viele Leute zugestimmt. Zudem ist meine Fanbase in letzter Zeit gewachsen, immer mehr Leute werden auf mich aufmerksam und feiern meine Musik.

Du arbeitest für deine Musikreleases häufig mit „Hi Trap“ zusammen, einem Künstler aus Indien. Wie wurdest du auf ihn aufmerksam und warum fiel deine Wahl auf ihn?

Ich arbeite sehr gerne mit „Hi Trap“ zusammen. Er wurde auf mich aufmerksam. 2021 wurde ich von ihm auf Instagram angeschrieben. Er hat mich gefragt, ob ich Lust hätte, an einem Projekt mit ihm gemeinsam zu arbeiten. Damals sollte unsere erste Single „Dreaming Of You“ entstehen. Er und seine Crew stammen aus Indien und studieren dort, die Musik baut er sich als zweites Standbein auf. Ich habe die Zusammenarbeit mit ihm vom ersten Moment an geliebt, er arbeitet sehr professionell. Ich mag sein Mastering und die Art und Weise, wie er seine Beats baut. Ich finde es toll und faszinierend,

wie wunderbar er die Harmonien setzt und was er aus meinen Vocals macht. Er weiß genau, was er tut und wird mit jeder Single noch besser und professioneller. Am Ende unserer Zusammenarbeit kommt immer eine tolle Single zustande, die ich gerne mit der Welt teilen möchte.

In welcher Lausitzer Location würdest du gern einmal als Musikerin auftreten und in welcher als Schauspielerin?

Ich würde als Sängerin gerne mal in der Stadthalle Cottbus auftreten, das wär mein nächstgrößeres Ziel. Dort ein Konzert zu geben, wäre fabelhaft. Musikalische Auftritte könnte ich mir aber auch an Orten wie zum Beispiel dem Glad-House Cottbus vorstellen. Gerne auch wieder auf dem Stadtfest Calau, dort durfte ich letztes Jahr spielen. Außerdem würde ich liebend gern mal auf dem Cottbuser Stadtfest auftreten.

Als Schauspielerin sehe ich mich eines Tages zum Beispiel im Ensemble des Cottbuser Staatstheaters oder bei der Neuen Bühne in Senftenberg. Das wäre großartig. Ich habe bereits überlegt, nach meiner Schauspielausbildung wieder zurück in die Heimat zu kommen und hier in einem Ensemble Erfahrungen zu sammeln – oder später als bereits erfahrene Schauspielerin vor allem im Staatstheater zu spielen. »

Lachen, Weinen, Lieben, Hassen

In welchen Alltagssituationen ist es für dich hilfreich, gut schauspielern zu können?

Gutes Schauspiel erfordert eine tiefe Verbindung zu sich selbst und der eigenen Seele. Das hilft mir im Alltag, indem ich mir meiner Selbst und meinen Empfindungen bewusst werde. Das macht mich sehr emphatisch, authentisch tiefgründig, reflektierend, ehrlich und loyal. Ich stehe mit mir selbst in einer tiefen, echten Verbindung und bin mir meiner eigenen Gefühle, Empfindungen sowie Stärken und Schwächen sehr bewusst. Ich kann andere Menschen verstehen und bekomme schnell mit, wie es einer Person geht und was sie vielleicht gerade braucht. Ich habe

eine gute Menschenkenntnis. Auch kenne ich meine eigenen Grenzen und lerne, mir selbst das zu geben, was ich brauche. Es hilft mir, zwischenmenschliche Beziehungen zu verbessern, indem ich mich und andere verstehe. Ich kann gut Gespräche führen und die Körpersprache lesen. Schauspiel ist psychologisch und geht sehr tief, wenn man es zulassen kann (ich möchte hier betonen, dass es auf keinen Fall eine Therapie ist – oder ersetzt). Das schenkt mir eine einzigartige Persönlichkeitsentwicklung, was mir gesellschaftlich und zwischenmenschlich sehr hilft.

Welche Emotion spielst du am liebsten?

Am liebsten spiele ich alle Emotionen! Haha! Am besten ist es, wenn sie ineinander übergehen und mich von einem Drehpunkt zum nächsten bringen. Ich liebe es, zu lachen, zu weinen, zu schreien, zu flüstern, zu hassen und zu lieben. Im Schauspiel ist es möglich, die verrücktesten Dinge zu erleben, einer ganzen Reihe von Emotionen freien Lauf zu lassen, manchmal ganz laut und plötzlich wieder ganz leise zu sein. Ich liebe das Feuerwerk an Gefühlen, was immer wieder neu entdeckt wird. Emotionen nicht als negativ oder positiv zu bewerten, sondern sie in ihrer Gänze zu fühlen, zu verstehen und zu leben. Wir sind Menschen und wer Mensch ist, kennt



die Bandbreite an Emotionen, die man fühlen kann und ich liebe es, jeder dieser Empfindungen Raum zu geben.

In welcher bekannten Filmrolle siehst du dich 1 zu 1 wieder?

Ich sehe mich in der Filmrolle „Beca Mitchell“ aus Pitch Perfect wieder.

Wie häufig und zu welchen Anlässen schaffst du es, deine Heimat Calau zu besuchen?

Ich besuche meine Heimat Calau gerne, wenn ich Urlaub habe. Meine Eltern haben ein Haus und dort bin ich jederzeit herzlich willkommen. Ich übernachtete dann in meinem alten Zimmer, genieße die Kleinstadt-Idylle und treffe Freunde, die in der Nähe wohnen. Außerdem kehre ich gerne in meine Heimat zurück, wenn ich dort für Gigs gebucht werde. So untermale ich musikalisch regelmäßig Feierlichkeiten, die von der Stadt Calau ausgehen, ein Beispiel dafür ist die Verleihung „Ehrennadel der Stadt Calau“. Auf dem Stadtfest Calau hab ich auch schon gespielt. Aktuell bin ich mehrmals im Jahr wieder da und das freut mich.

Du wirst kurz nach Erscheinen dieser Ausgabe 21 Jahre alt, am 25. September. Was wünschst du dir zum Geburtstag, was nicht mit Musik oder Theater zu tun hat?

Ich wünsche mir zu meinem Geburtstag eine schöne Zeit und einzigartige Momente! Wir wollen mit Freunden und der Familie einen gemeinsamen Tag organisieren und eine unvergessliche Zeit schaffen. Abgesehen davon werde ich mir sehr wahrscheinlich mein erstes Tattoo stechen lassen, darauf fiebere ich schon lange hin. Ansonsten gönne ich mir zusätzlich noch eine neue Yoga-Matte!



Janinas Musik

Instagram: [playwithfire_.](#)

Spotify: [PlaywithFire](#)

DEMOKRATIE

Politik lokal und global

Foto: satamedia, istock



48

Mit Tipps für jedermann
(Alb-) Traum KI?



lauter.networks

Engagierte Jugend Sandow

64



60

lauter.lausitz
News aus der Strukturentwicklung



Junge Lausitz(er)

Paul Samelke stellt sich vor

66

KI: Skynet oder ganz nett?



Sci-Fi-Filme zeichnen eine finstere Zukunftsdystopie von KI, dabei hat die das Potenzial, unser bestes Helferlein zu werden. Dieses Bild hier haben wir zum Beispiel mit KI erstellt - ein paar Seiten später zeigen wir auch dir, wie's geht.

Wenn man noch vor ein paar Jahren an Künstliche Intelligenz gedacht hat, sind es wahrscheinlich Filme wie Matrix, Terminator & Co. gewesen, die einem in den Sinn gekommen sind. Und eines haben die alle gemeinsam: Ihre Aussichten sind nicht gerade rosig. Im Hier und Jetzt dagegen ist KI so populär wie nie, die Branche boomt und die verschiedensten Anwendungen sind auf dem Vormarsch.

Der Vorreiter

Eigentlich nutzen wir sogar schon lange KI, ob bewusst, als Übersetzer bei Google, oder unbewusst, wenn Netflix unsere Affinität zu einer neuen Serie berechnet. Für viele hat aber wahrscheinlich erst das vor ca. einem Jahr veröffentlichte ChatGPT

auf deren Fortschritt aufmerksam gemacht. So wuchs die Userzahl des intelligenten Chatbots in nur fünf Tagen auf eine, zwei Monate später auf 100 Mio. - eine bisher nie dagewesene Geschwindigkeit.



Mit Tipps zur Anwendung

»this will be the greatest technology humanity has yet developed«, but »we are a little bit scared of this«

Sam Altman, CEO von OpenAI, dem Unternehmen hinter ChatGPT

Freund oder Skynet

Und auch in Deutschland nutzen, zumindest unter den 18 bis 27-Jährigen, rund 41 Prozent aktiv KI-Dienste wie ChatGPT. Die Angst vor finsternen Zukunftsdystopien hat sich aber trotzdem noch nicht gelegt. Mit einer Übernahme der Menschheit, wie sie in Filmen zu sehen ist, rechnen zwar wenige, dafür könnte das Potenzial von KI aber genutzt werden, um bereits existierende Probleme wie Desinformation oder Cyberattacken zu verstärken.

Übermorgen arbeitslos

Die wohl größte Sorge ist aber, dass der eigene Job bald durch eine KI übernommen wird, welche 40 Prozent der Deutschen teilen. Und das auch nicht zu Unrecht,

so ergeben Studien von Goldman Sachs, dass zukünftig ein Viertel der jetzigen Arbeit komplett ersetzt und zwei Drittel zumindest teilweise automatisiert wird.

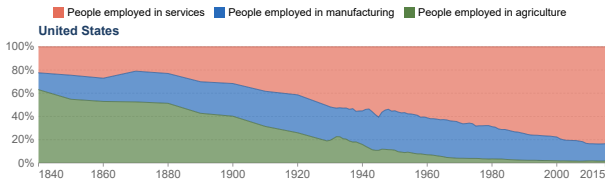
Alte Ängste

Die Furcht durch Maschinen ersetzt zu werden, ist allerdings nichts Neues, sondern existiert schon seit der industriellen Revolution. Damals kam es aber lediglich zu einer Verlagerung von Jobs aus der Rohstoffgewinnung und -verarbeitung in hochwertigere Arbeitsplätze im Dienstleistungssektor. KI kann jetzt zwar weit mehr als nur Handarbeit, trotzdem wird davon ausgegangen, dass auch nun so wie Jobs verschwinden, anderswo neue entstehen. »

Employment by economic sector, 1840 to 2015

Number of people employed by economic sector.

Our World
in Data



Source: Our World In Data based on Herrendorf et al. (2014)

CC BY

Lern', wie's geht

Roboter statt Babys

Und vielleicht wäre der Ersatz von Arbeitsplätzen sogar eher Segen als Fluch, schließlich leiden die meisten Industrieländer heute an zu wenig Nachwuchs. Während Deutschland nämlich seine 1,46 Geburten pro Frau noch durch Zuwanderung ausgleichen kann und es trotzdem an Fachkräften mangelt, gelingt dies Ländern wie z.B. Südkorea mit einem Wert von 0,78 nicht - Prognosen erwarten dort eine Halbierung der Bevölkerung bis 2100.

Lausitzer Paradoxon

Aber auch bei uns in der Lausitz könnte der Fachkräftemangel noch fatale Folgen haben. Denn während durch den Strukturwandel gerade über 20.000 neue Arbeitsplätze entstehen, müssen die erstmal belegt werden. Nichts Leichtes, bei einer Bevölkerung, die allein bis 2035 gegenüber 2020 um 10,34% sinken soll, während der Anteil über 65-Jähriger auf 34,78% wächst (Brb. Lausitz).

*Mehr dazu in unserem
achtseitigen Spezial der
vorletzten Ausgabe:*



KI aus der Region

Wenn auch nicht als Allheilmittel, könnte KI zur Lösung dieser und anderer Probleme beitragen. Das hat z.B. auch die BTU Cottbus-Senftenberg erkannt und bietet bereits vier Studiengänge zur Materie an. Zusammen mit einem ebenso dort befindlichen Lausitzer Zentrum für Künstliche Intelligenz (LZKI) wird so die regionale Kompetenz auf diesem Feld gefördert.

Wissen ist Macht

Wie wichtig das ist, zeigt allein das enorme Interesse an genannten Studiengängen. Während diese nämlich Platz für nur 150 Studierende haben, hatten sich für die ersten zwei Semester schon 1.500 und für diesen Winter wiederum 1.000 beworben. Kein Wunder, ob Robotik, Cyber Security oder Medizin - das entsprechende Wissen wird in vielen Bereichen immer gefragter.

Knowhow für Laien

Doch auch wer von Informatik keine Ahnung hat, kann vom KI-Boom profitieren. Zahlreiche Tools ermöglichen einem nämlich bereits lästige Routinearbeiten hinter sich zu lassen oder neue Fähigkeiten zu erlernen. Genau dafür stellen wir dir auf den nächsten Seiten die gängigsten Anwendungen vor und zeigen, wie man mit diesen produktiver arbeiten kann.

KI im Dialog

Wenn es um KI-Tools geht, gebührt natürlich niemand Geringerem der Anfang, als ChatGPT:

HALLO CHATGPT, STELL DICH IN EINEM SATZ VOR.

HALLO! ICH BIN CHATGPT, EINE VON OPENAI ENTWICKELTE KI-SPRACHMODELL, HIER UM DEINE FRAGEN ZU BEANTWORTEN UND MIT DIR ZU PLAUDERN.

Frage rein, Antwort raus – vor allem die leichte Bedienung hat dem Chatbot zu seiner Beliebtheit verholfen. Doch in Wirklichkeit ist zumindest der richtige Umgang schwerer als gedacht. Hier ein Beispiel:

CHATGPT, BESCHREIBE DICH IN EINEM SATZ.

ICH BIN CHATGPT, EIN KI-MODELL VON OPENAI, DAS DARAUFG TRAINIERT IST, MENSCHENÄHNLICHEN TEXT BASIEREND AUF DEN MIR GEGEBENEN EINGABEN ZU GENERIEREN.

Obwohl mit derselben Intention gefragt wurde, ist das Resultat durch einen weniger verspielten Befehl nun gleich viel brauchbarer und ohne Rechtschreibfehler.

Dirigieren mit Stil

Auch wenn ChatGPTs Antworten schon beinahe menschlich sind, „redet“ man hier nämlich immer noch mit einer Künstlichen Intelligenz. Um aus den Milliarden von Daten, mit denen diese trainiert wurde, die richtige Art von

Ergebnis anzusteuern, bedarf es da weiterhin eines klugen Befehls – einem sogenannten „Prompt“ – vom Menschen.

Im Folgenden stellen wir 10 Tipps & Tricks, die helfen mit diesen ChatGPT (teils auch anderen Chatbots) bessere Antworten zu entlocken, Erweiterungen, die z.B. den Zugriff auf Internetquellen möglich machen und Alternativen zu ChatGPT mit Zusatzfunktionen, vor.



Richtig Chatten mit GPT & Co.

Prompts: Tipps & Tricks

1. Vermeide Füllwörter, um die KI nicht von der ursprünglichen Aufgabe abzulenken.

2. Für bessere Resultate empfiehlt Open AI zu verarbeitenden Text durch "" oder ### vom eigentlichen Befehl abzutrennen.

3. Integriere Informationen zu Inhalt, Art, Länge, Format, Stil etc. des gewünschten Ergebnisses.

4. Rollen verteilen - wenn man dem Chatbot sagt z.B. als Lehrer:in zu agieren, werden Ton und Komplexität entsprechend angepasst.

4.1. Über Einstellungen und „Custom instructions“ kann man sogar ganze Persona erstellen, die dann berücksichtigt werden. So kann man auch authentischere Texte für sich selbst erstellen.

5. Auch wenn der eigentlichen Prompt nur unzureichend ausformuliert ist, können eigene Beispiele die KI „anleiten“. Über den QR-Code unten z.B. siehst du, wie wir so die Fragen für das Interview auf Seite 78 erstellt haben.

6. Statt sich mit komplizierten Prompts abzumühen, kann auch das die KI übernehmen, indem man Prompts durch Prompts erstellt. Ein Musterbeispiel gibt's wieder über den QR-Code unten.

6.1. Solch komplexe Befehle wie im Beispiel finden sich auf dem Discord Server von OpenAI oder in der Erweiterung „AIPRM“ (siehe nä. S.).

7. Chatbots lernen mit der Zeit, dürftige Resultate können durch weitere Fragen also einfach nachgebessert oder der Prozess mit „Regenerieren“ wiederholt werden.

8. Da die KIs vor allem auf Englisch trainiert wurden, ist die Qualität damit oft besser. Wessen Sprachkenntnisse nicht ausreichen, kann auch Übersetzer wie DeepL nutzen.

9. Momentan ist ChatGPT auf Daten bis Sep. 2021 begrenzt und dichtet sich manchmal Unwahrheiten hinzu. Auf der nächsten Seite schaffen wir hier Abhilfe.

10. Mit dem Share-Button oben rechts können ChatGPT-Sessions geteilt werden. Guck' dir hier so Beispiele für die Tipps 3, 4, 5 & 6 an:



GPT-4 und seine Konkurrenz

Das i-Tüpfelchen

20 Dollar. Mit diesem monatlichen Obolus kann man von der gratis Version GPT-3.5 auf GPT-4 upgraden. Auch wenn dort bisher nur 25 Anfragen alle drei Stunden gestellt werden können, lohnt sich das, da man neben allgemein höherer Qualität auch endlich Zugriff aufs Internet und über 700 Plug-ins bekommt, die einem z.B. die Bearbeitung von PDF-, Word-, Excel-, Bild- oder Videodateien ermöglichen.

Knapp bei Kasse

Wer aber doch zu geizig ist und es sich mit dem Geld lieber gut gehen lässt, dem schaffen Browser-Erweiterungen, die inklusive Tutorial im Chrome Web Store zu finden sind, oder gleich komplette Alternativen, Abhilfe. Wir haben ein paar Optionen rausgesucht, um auch Sparfüchse auf den Geschmack von GPT-4 kommen zu lassen.

Level Ups für ChatGPT

1. „WebChatGPT“: ermöglicht Web-Browsing und gibt dir damit Zugang zu aktuellen Informationen, inklusive Quellenangaben.
2. „MaxAI.me“ oder „Sider“: lassen dich ChatGPT überall im Browser nutzen, also auch parallel zur Web-Suche, in Gmail oder wenn du PDF-Dokumente in Chrome öffnest.

3. „YouTube Summary with ChatGPT & Claude“: zum Zusammenfassen von YouTube Videos oder Webseiten.
4. „AIPRM“: eine Sammlung von professionellen Prompts für diverse KIs.
5. „Voice Control for ChatGPT“: eine Sprachsteuerung, für alle, die zu faul zum Schreiben sind. Ist zudem auch zum Lernen von Fremdsprachen optimiert.

***Tipp:** Unter Browsereinstellungen und „Erweiterungen“ können diese an- und ausgeschaltet werden.*

Besser als selbst ChatGPT?!

Folgende Alternativen haben alleamt Zugriff aufs Internet und liefern somit aktuelle Informationen inklusive Quellen aus dem Web:

1. Bard von Google: schlägt außerdem direkt Webseiten für weiterführende Suche vor.
2. Bing AI von Microsoft: gibt Quellenangaben im Text und kann Bilder bearbeiten.
3. Claude: Hochladen externer Dateien möglich, momentan aber nur in den USA und UK nutzbar.
4. Perplexity AI: Hochladen externer Dateien und Fokus auf Fachbereich, z.B. akademische Arbeiten möglich.
5. Elicit: Suche mit Fokus auf dem Arbeiten mit wissenschaftlichen Quellen



Besser als Da Vinci & Co.?!

Allrounder

Wer sich für Kunst interessiert, dem sollte Midjourney etwas sagen. Diese KI kann nämlich innerhalb von Sekunden, ob Fotorealismus oder Abstraktion, Bilder generieren, die kaum von echten Kunstwerken zu unterscheiden sind. Um sie zu nutzen, muss man aber erstmal min. zehn Euro bezahlen und kann das Tool selbst dann nur über die Discord nutzen.

Underdogs

Stattdessen kann man aber auch die im Internet gratis zugänglichen Alternativen ausprobieren. Um nur ein paar zu nennen: Stable Diffusion, Playground AI, Clipdrop, Invoke AI, Imagine AI, DALL-E 2 oder Leonardo AI. Die kommen zwar oft nicht ganz an ihren großen Bruder Midjourney heran, sehen lassen, können sich ihre Ergebnisse aber allemal.

Kontrolle

Und auch in ihrer Bedienung unterscheiden sie sich, bis auf individuelle Extras, wenig von der beinahe intuitiven Benutzung bei Chatbots. Man gibt ein, was gewünscht ist und die KI bastelt demnach ein Bild zusammen. Nur kann hier, wie man sich vorstellen kann, viel mehr schief gehen als bei der Texterstellung. Wir probieren das Ganze mal mit unserem Favoriten - Leonardo AI - aus ...



„Ein Astronaut“ - ist diese Kreatur für uns nun nicht, für die KI war sie das aber anscheinend schon.

What happened?

Die KIs wurden zwar mit abermillionen Bildern trainiert, diese Zahl kann ihnen aber auch zum Verhängnis werden. Denn sie erhöht die Möglichkeiten, aus denen die Bilder zusammengepuzzelt werden können/müssen. Auch hier muss also wieder ein präziser Prompt aushelfen, um die KI nicht diverse Kunststile etc. durcheinanderwürfeln zu lassen.

Ein (noch) nicht existierendes Bild zu beschreiben hat zwar seine Grenzen, wir haben aber mal ein Grundgerüst zum Entlanghangeln aufgestellt:

Kunst von Maschinen

Bild-KI – Grundgerüst:

1. Medium (Foto, Gemälde,...)
2. Inhalt (Person, Tier, Ort,...)
3. Umfeld (Hintergrund,...)
4. Atmosphäre (Emotionen,...)
5. Details (Farben, Licht,...)
6. Style (Artist, Kunstrichtung,...)
7. Parameter (Maße, Position,...)



Kommen wir zum Bild vom Anfang dieses Artikels zurück. Auch das haben wir nämlich auf Basis des gegebenen Musters mit folgendem Prompt generiert: „realistisches Foto eines Roboters mit roten Augen, im Hintergrund die zerstörten Gebäude einer Stadt, Ödland und dunkle Wolken, bedrohliche Atmosphäre, schwarz-rote Farben, hyperrealistisch, 8k, Kinoszene, wie der Terminator, Nahaufnahme, 16:9“

Tipp: Webseiten wie *promptMANIA* helfen mit anschaulichen Beispielen zu Kunstrichtungen hier aus und die meisten KIs haben einen Community Feed, wo man sich was von anderen anschauen kann.

Exclusive Words

In selbigen Community-Feeds kann man übrigens oft auch Vorlagen für negative Prompts finden, mit denen man bei Kunst KIs angeben kann, was man eben NICHT sehen will. So können Deformationen, extra Körperteile, Verzerrungen und Ähnliches – wie bei unserem „Astronauten“ – relativ gut vermieden werden.

Magic Words

Dasselbe Ziel kann man aber auch mit Worten erreichen, die dafür sorgen, dass sich die KI auf mehr Detailliertheit und „Richtigkeit“ konzentrieren kann. Beispiele sind hier: schön, extrem realistisch, elegant, 8k oder Unreal Engine 5.

Wer Fotorealismus haben will, kann beispielsweise mit „Kinoszene“ oder Angaben zu Kameras (zum Beispiel canon EOS 2000D, 35mm, F/2.8,...) sogar nochmal einen drauflegen.

Ready, Steady, Go!

Am Ende muss man bei allen KI-Tools einfach mal drauf loslegen, anfangs schlechte Ergebnisse in Kauf nehmen und die Kniffe und Tricks erlernen. Um dir vielleicht noch etwas Inspiration mit auf den Weg zu geben, gibt's auf den nächsten Seiten noch ein paar mehr generierte Bilder. Da werden wir uns auch nochmal um den Astronauten von gerade kümmern. »

Je besser der Prompt ...



Für dieses möglichst realistische Bild ist der Prompt schon viel zu lang, als dass er hier hinpassen würde, ihr könnt ihn euch aber über den QR-Code anschauen. Die bezahlte Version von Leonardo AI kann, wie man auf der rechten Version sieht, aus demselben Befehl sogar noch einiges mehr rausholen.



... desto besser das Bild

Wir haben dem Astronauten vom Anfang nochmal eine Chance gegeben und zeigen, wie er sich mit einer Weiterentwicklung des Prompts, der bei jeder Version wächst, jeweils verändert:



ein im Weltraum schwebender Astronaut



eine digitale Illustration eines im Weltraum schwebenden Astronauten mit einem schwarzen Loch im Hintergrund



..., als böse Gottheit posierend

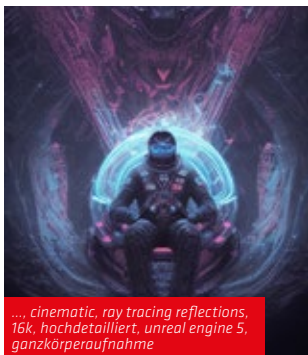
Je besser der Prompt...



..., Fünfecke, Sternprisma, Neon, Leuchtstab, Teslaspule, Karminrot und wenige Cyanfarben für den Vordergrund, dunkle Farben für den Hintergrund



..., DMT-Kunststil, Dark Synth, inspiriert vom Künstler H.R. Giger



..., cinematic, ray tracing reflections, 16k, hochdetailliert, unreal engine 5, ganzkörperaufnahme

- desto besser das Bild



Die Kohle geht – dafür gibt's Kohle vom Bund. Die Lausitz befindet sich in der Strukturentwicklung, verabschiedet sich bis 2038 schrittweise von der fossilen Braunkohlewirtschaft und wandelt sich in eine moderne Wissens-, Technologie- und Energieregion. Insgesamt 17 Mrd. Euro Strukturmittel erhält die Region dafür. 2020 wurden mit dem Kohleausstiegs- und dem Strukturstärkungsgesetz die rechtlichen Grundlagen dafür geschaffen. Die Zwischenergebnisse können sich sehen lassen. In dieser Rubrik stellen wir die Projekte vor, die mit diesen Geldern umgesetzt werden – und erschaffen ein wachsendes Mosaik.



Strukturwandel der Lausitz – alles, was man wissen kann in einer Prezi.



Deutschland steht derzeit vor der Mammutaufgabe, auf eine komplett erneuerbare Energieerzeugung umzusteigen. Und um diese zu bewältigen, ist es mit dem Aufbau neuer Kapazitäten allein noch lange nicht getan, denn Strom und Wärme braucht der Mensch rund um die Uhr – auch wenn bei einer sogenannten Dunkelflaute mal Solar- und Windkraft ausfallen. Dafür soll auf Basis von fünf, für sich allein schon immensen, Eckpfeilern die Lausitzer GigawattFactory nun eine Lösung bieten.



GIGAntisches bahnt sich an

1. – Aus 7 mach 14: Die Bergbaufolgelandschaft der Lausitz ist eine Schatzgrube, wenn es um neue Flächen für Windräder und PV-Anlagen geht. So sollen hier schon 2030 durch eine installierte Leistung von 7 Gigawatt vier Millionen Haushalte mit Ökostrom versorgt werden, wofür bis 2040 nochmal eine Verdopplung geplant ist.

2. – Kleine Batterien im großen Stil: Schon heute können Batteriespeicher durch ihr schnelles Be- und Entladen Strom für den späteren Gebrauch „zwischenlagern“, was neue Technologien, wie Redox-Flow-Speicher, noch effizienter machen. Nach der Big-Battery soll dieser in noch größeren Mengen und auf noch längere Zeit speicherbar gemacht werden.

3. – Erst Gas, drauf H₂, dann Zukunft: Sogenannte H₂-Ready-Gaskraftwerke, die Erdgas schrittweise durch klimafreundlichen Wasserstoff ersetzen, sollen als innovative Technologie überschüssigen Strom dann endgültig auch ohne Limit für Zeit und Menge nutzbar machen, wovon am Ende genauso weitere Sektoren wie Industrie und Verkehr bei der Dekarbonisierung unterstützt werden.

4. – Offshore in der Lausitz: Bei uns gibt's zwar keine Küste, dafür ist die Zahl der Seen aber so hoch wie kaum woanders in Deutschland. Mit Windrädern oder innovativen Lösungen, wie der Seethermie für die Wärmeerzeugung oder schwimmenden PV-Anlagen, wie sie sogar schon für den Cottbuser Ostsee konzipiert sind, sollen diese Flächen bald für die Energieerzeugung nutzbar gemacht werden.

5. – Geben und Nehmen: Unter all diesen Gesichtspunkten hat die Lausitz nicht nur beste Chancen Deutschlands größtes Ökostrom-Zentrum zu werden, sondern es nach Fläche auch in ganz Europa auf die vorderen Ränge zu schaffen. Als großer Player wird sie mit überregionalen Netzen und (H₂-)Pipelines dann nicht nur die Energieerzeugung vor Ort, sondern zusammen im Austausch mit anderen vielleicht sogar international gestalten.



De karbonisierung der Industrie: In der Lausitz entsteht eine europaweit einzigartige einzigartige Kompetenzbündelung. Um in energieintensiven Prozessen erneuerbare Energien zum Einsatz zu bringen, fließen bis zu 3,5 Milliarden Euro Fördermittel – zum Beispiel in die Pilotanlage CoBra am DLR-Institut in Cottbus.

Strukturentwicklung Das geht in der Lausitz *Ein wachsendes Gesamtbild*

Innovationszentrum Universitätsmedizin
Cottbus: Digitales Lehrkrankenhaus mit
1.600 Arbeitsplätzen & 1.200 Studierenden.

Referenzkraftwerk Lausitz: neuartiges
Wasserstoffkraftwerk in Schwarze Pumpe

Deutsches Zentrum für Astrophysik Görlitz:
astrophysikalische Forschung von Weltrang



Lausitz Science Park Cottbus:
Wissenschaftspark auf 420 Hektar mit
10.000 neuen Arbeitsplätzen und 200
Unternehmensansiedlungen



Bahnwerk Cottbus: Europas modernstes
Bahnwerk mit 1.200 neuen Arbeitsplätzen



Ansiedlungen von Batterieherstellungs- und
Recyclingunternehmen mit insgesamt ca.
3.500 neuen Arbeitsplätzen



14 Gigawatt erneuerbare Energie und neuartige Methoden
zur Gewinnung und Speicherung von Strom - mit der
GigawattFactory schwingt sich die Lausitz zu den
europaweit flächenmäßig größten Ökostrom-Zentren auf.



Name des Projekts:

Engagierte Jugend Sandow

Organisation: Humanistisches Jugendwerk e.V.

Anzahl der Mitglieder: 30

Gründungsjahr: 2022

Homebase: Cottbus/Sandow

Was wollt ihr mit eurer Organisation erreichen?

Jugendliche und junge Erwachsene sind selbst die Expert:innen ihrer Umwelt und sollen, wenn es nach uns geht, stets in Entscheidungsprozesse mit eingebunden werden. Im Stadtteil Sandow treffen viele Problemlagen aufeinander. Darunter zählt eine aussterbende Jugendkultur, die mit unserem Projekt wieder ein Ort für Solidarität, Respekt und Toleranz werden soll. Gemeinsam wollen wir wachsen, lernen und vor allem: einen selbstverwalteten Jugendclub nach unseren ganz eigenen Bedingungen und Vorstellungen schaffen und dabei die Diversität im Stadtteil vereinen. Wir sind anders, wir sind viele und machen uns stark gegen Rassismus, Diskriminierung und jegliche Form von Ausgrenzung.

Mit Blick auf eure bisherigen Workshops für einen eigenen Jugendclub: Wie stellt ihr euch euren Wunsch-Jugendclub vor?

Um uns im Stadtteil verwirklichen zu können, bedarf es einer Räumlichkeit. Am 8. März veranstalteten wir eigenständig eine Kundgebung unter dem Motto: „Wir machen Druck für einen Club“. An dieser Veranstal-

tung nahmen über 150 Jugendliche, Unterstützer:innen und Freund:innen unserer Sache teil.

Auf dem Podium sprachen wir gemeinsam mit dem Oberbürgermeister Tobias Schick, mit der Bürgermeisterin und mit der Kinder- und Jugendbeauftragten der Stadt Cottbus. Unserer Forderung hat sich die Stadt bereits angenommen und arbeitet daran, uns alsbald Informationen zukommen zu lassen, ob eine Räumlichkeit für uns in Frage kommt.

Von der Stadtspitze erhielten wir die Aufgabe, ein eigenes Konzept für unseren selbstverwalteten Jugendclub zu schreiben. Dies geschah bereits in Kooperation mit dem SV-Bildungswerk. In vier Workshops entwickelten wir Vorstellungen, Ideen und Wünsche, wie unser Jugendclub auszusehen hat. Darunter zählt z.B. ein toleranter und offener Umgang unter den Jugendlichen selbst. Es soll ein Ort sein, den man gerne besucht, wo man mit Freunden seine Freizeit bereichern kann und vor allem, wo sich jede:r Jugendliche mit eigenen Ideen und Vorschlägen einbringen kann. Stadtteilbezogene Mitbestimmungsangebote zeigen früh konkret auf, wie Demokratie funktionieren kann und warum sie wichtig ist. Solche Selbstwirksamkeitserfahrungen können auch die Bereitschaft steigern, sich gesellschaftlich und politisch zu engagieren und gehen mit der Entwicklung wichtiger sozialer Kompetenzen einher.

Unser Ziel ist es, den Druck aufrecht zu erhalten und durch Aktionen und Kampagnen weiterhin auf uns aufmerksam zu machen und unsere Forderungen zu unterstreichen.

In welchem Rhythmus trefft ihr euch – und wo? Wir treffen uns alle zwei Wochen sonntags, entweder im Kontaktladen oder an der Spree, wenn das Wetter mitspielt. Einmal im Monat findet ein offenes Treffen statt, an welchem alle interessierten Personen jederzeit teilnehmen und uns kennenlernen können. Infos und Daten dazu findet man stets auf unserer Instagram-Seite.

Wie kann man bei euch mitwirken? Man kann sich stets persönlich an uns wenden. Entweder wenn wir auf der Straße unterwegs sind, um andere Mitstreiter:innen zu aktivieren und zu gewinnen oder auf Veranstaltungen, auf denen wir mit Infoständen vertreten sind. Außerdem bietet sich unserer regelmäßiges offenes Treffen am Sonntag zum Kennenlernen an. Erreichbar sind wir auch stets über unseren Instagram-Kanal.

Instagram:
engagiertejugendsandow



Junge Lausitz(er)



Menschen vom Junge Lausitz e.V. im Porträt – diesmal mit: Paul Samelke

Nach meinem Abitur habe ich ein freiwilliges soziales Jahr absolviert. Im Rahmen dieser Tätigkeit bin ich in der Lausitz herumgekommen und konnte viele interessante Menschen aus der Region kennenlernen. Danach zog es mich aber, wie viele, hier weg. Ich wollte raus und etwas Neues erleben. Mein Weg führte mich nach Leipzig, doch nur drei Jahre später war ich wieder hier. Das Heimweh trieb mich wieder zurück in die Region.

Ich bin hier verwurzelt, nicht nur familiär. Viele meiner Freunde sind ebenfalls weggezogen und zurückgekommen, denn Cottbus und das Umland sind für viele ihr Zuhause. Jedes Jahr an Weihnachten wurde dies für uns deutlich. Egal wie weit weg der ein oder andere war, zum Jahreswechsel kamen sie immer hier her zurück.

Warum ich zurückgekommen bin, ist einfach zu beantworten: Hier ist meine Heimat, mein Zuhause. Es sind die vielen Menschen, die hier zum kulturellen Leben durch Musik und Theater beitragen. Es sind die Seen unmittelbar am Stadtzentrum, die an heißen Tagen für Abkühlung sorgen. Es sind die Dönerläden und Spätis, an denen Du Dich nach einer langen Nacht niederlassen und stärken kannst. Das alles ist die Lausitz und noch so vieles mehr.

Hier findet man alles, was es in einer Großstadt auch gibt und dazu sehr viel unberührte Natur. Nur ein paar Kilometer auswärts an einen der zahllosen Seen im Umland kann man Zelten und Feiern, ohne nervige Nachbarn, die sich aufregen ...

Pauls Empfehlungen

Was ist Dein Freizeittipp in der Lausitz?

Wenn Du nicht gerade jemand bist, der gern am See mit Freunden grillt, empfehle ich Dir die zahlreichen Grünanlagen in Cott-

bus. Hier kann es passieren, dass Dir der ein oder andere Musiker über den Weg läuft, welcher gestern noch in Deiner Lieblingsbar gespielt hat.

Welches Restaurant, welche Bar oder welchen Club empfiehlst Du?

Meine absolute Empfehlung ist das Bellessa im Hinterhof der Friedrich-Ebert-Straße in Cottbus. Die südamerikanischen Gerichte sind immer ein Gaumenfeuerwerk und der Service ist erste Klasse. Für mich das beste Haus am Platz und immer einen Besuch wert.

In welchem Verein oder bei welcher Organisation lohnt es sich vorbeizuschauen?

Das Konservatorium Cottbus bietet für jeden Musikfan eine Ausbildung an. Vom klassischen Orchester bis zur Musicalausbildung für Kinder und Jugendliche – hier findet man alles, was das Herz begehrt. Die Schüler dieses Hauses sind oft Preisträger bei nationalen und internationalen Wettbewerben.

Instagram: @jungelausitz
www.junge-lausitz.de



Verlosungen im Herbst 2023

Mitmachen und tolle Preise absahnen!



lauter auf
Facebook

lauter auf
Instagram

lauter Verlosungen So funktioniert's

1. Besuche unsere Seiten auf Facebook und/oder Instagram und gib uns ein Abo.
2. Kommt ein Gewinnspiel online, folge den Anweisungen im Post, um teilzunehmen.



Freddy Fresh Cottbus 5x2 Pizzen

Was gibt es Schöneres, als gratis Pizzen frisch vor die Haustür geliefert zu bekommen? Freddy Fresh Cottbus erfüllt dir diesen Traum und spendiert 5x2 Pizzen!



Scandale Cottbus Diverse Tickets

Im Scandale, dem Club am Bunten Bahnhof, kannst du dir an so gut wie jedem Wochenende die Nächte um die Ohren schlagen. Schau auf unseren Social Media spontan vorbei und steh auf der Liste!



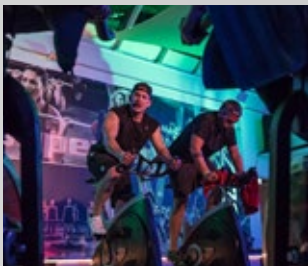
Play Spremberg 2x15 Euro-Gutschein

Von aktuellen Releases für PlayStation, Xbox, Nintendo & Co. bis zu Retrospielen und den ersten Gameboys bietet das Play Spremberg alles, was das Gamer-Herz begehrt. Wir verlosen 2 Gutscheine.



Rock am Block 1x2 Tickets

Das Kulturzentrum Bunte Welt wird am 14.10. zum Schauplatz für Wave-Pop, Post-Punk und Cold-Wave-Sounds und du kannst kostenfrei dabei sein – wir verlosen Gästelistenplätze für ein Pärchen!



NIGHT FEVER Cottbus 2x2 Tickets

Prominente Trainer begeistern am 29.9. auf dem wohl größten Fitness-event der Lausitz. Wir verlosen 2x2 Tickets für die Messe-Event-Kombi, nutzbar für 4 Kurse pro Person und im Gesamtwert von je 37 Euro!

LIFESTYLE

Fitness, Trends und mehr

Foto: kuzmichstudio, istock



72

Fitnessstipp
Für mehr Energie



lauter.money
Geld durch, dank und mit KI?

84



76

lauter.kunst
carographic



KI-Lumne
R2-25 Wireling feiert Geburtstag

88



78

Kann man mit KI auch kuscheln?
Künstler Martin Schüler im Interview



lauter.blabla
Mitmachen!

94



82

lauter.lieblingsort
Manuel Surkau



lauter.drugs
Ecstasy

95

Aktive Entspannung

Geht es um das Thema Entspannung, wird uns oftmals einseitig gesagt, was gut tut. Oder wir stellen uns einseitig vor, was uns beim Entspannen helfen kann. Beispielsweise ein Urlaub am Strand. Dabei gibt es so vielfältige Möglichkeiten, wie wir herunterfahren können. Mental und körperlich neue Kraft tanken können. In diesem Beitrag möchte ich dir einige Tipps für die aktive Entspannung näher bringen.

Teil 9 unserer Fitness-Reihe mit Bloggerin Nadin Eule-Mau

Foto: Oliver Eule, eiswuerfelimschuh



Für mehr Energie

Ich bin Yogalehrerin, was vielfältige Gründe hat. Was aber außer Frage steht: dass Yoga nicht nur für mich selbst, sondern auch für verschiedene Zielgruppen wie Sportler:innen, Manager:innen, Studierenden, Schüler:innen und Kindern eine Möglichkeit ist, wie wir abschalten können.

Yoga schult nicht nur unsere Körperwahrnehmung, sondern kann auch einen aktiven Anteil zur Stärkung unseres Immunsystems leisten und unsere Resilienz, also Widerstandskraft fördern. Wir können lernen, unseren Körper bewusster und erste Zeichen von Erschöpfung eher wahrzunehmen.

Außerdem ist die Rechnung in der Tat ganz einfach: Je weniger gestresst wir sind, desto besser kann unser Körper mit negativen Umwelteinflüssen und mentalen Herausforderungen umgehen.

Ruhige Übungen, bei denen du loslassen und zur Ruhe kommen kannst, sind besonders günstig in schwierigen Zeiten. Während Yin Yoga Übungen maßgeblich zur Stressreduktion beitragen und so deinem Immunsystem etwas Gutes tun, können sich in deiner Yogapraxis Umkehrhaltungen positiv auf deine Abwehrkräfte auswirken. Sie können sich auch positiv mental auswirken. Auch wenn es sich erst einmal komisch anhört und sich ungewohnt anfühlt, Kopf-

stand kann morgens anregend und abends entspannend wirken. Denn Umkehrhaltungen sind für unseren Kreislauf entlastend. Den Kopfstand empfehle ich allerdings nur fortgeschritten Übenden. Wunderbare Alternativen dazu sind der Delphin, der herabschauende Hund oder Viparita Karani. Brauchst du eigentlich einen Espresso und hast noch etwas vor, übe Herz-öffnende und Brustkorb-weitende Yoga-haltungen. Ein halber Handstand oder Handstand tut es auch. All das macht der Müdigkeit genauso Beine wie ein kurzer und ganz lockerer Dauerlauf.

Progressive Muskelentspannung wird heutzutage viel zu selten empfohlen und weitergegeben. Balance und Ausgeglichenheit reduzieren bekanntlich den Stress genauso wie progressive Muskelentspannung. Vor allem, wenn die Belastung mental und körperlich sehr hoch ist, hilft vielen progressive Muskelentspannung, deutlich besser loszulassen. Eine gewisse Grundspannung in verschiedenen Muskelpartien kann dazu beitragen, dass wir uns im Anschluss besser entspannen können.

Zu guter Letzt dürfen Atemübungen nicht fehlen. Denn sie sind etwas ganz Wunderbares! Sie können vielseitig eingesetzt werden. Atemübungen können dich erden und entspannend wirken. Sie »

Unsere Fitnessstipp-Reihe

stärken sowohl deine mentale als auch körperliche Energie. Zudem sorgen sie für emotionale Ausgeglichenheit. Aber Atemübungen können noch mehr. Sie durchlüften unsere Atemwege. Wir lernen, unsere Atemräume kennen und können unser Lungenvolumen besser nutzen. Beste Voraussetzungen für mehr Schwung im Alltag.

Wenn dich am Nachmittag ein Tief erwischt, reiße das Fenster auf! Atme tief ein und aus. Das hat erst einmal scheinbar nicht viel mit einer Atemübung zu tun, aber du kannst es eine werden lassen. Indem du dich einfach für einige Minuten ans Fenster stellst, ganz bewusst tief und voll ein- und ausatmest. Dabei hebst und senkst du deine Arme. So wie dein Atem keinen Anfang und kein Ende hat, bewege auch deine Arme auf und ab ohne Anfang und Ende. Synchronisiere die Bewegung mit deiner Atmung. Lasse beides wie eine Welle sein. Lang, langsam und fließend. Nicht ruckartig. Nicht innehaltend. Bewege dich langsam, stetig mit deinem Atem. Bewusst tief, voll, ruhig. Natürlich gibt es eine Vielzahl von Atemübungen, die dich am Tage beleben und am Abend beruhigen. Probiere einfach verschiedene aus.

Mit diesen Tipps kannst auch du sicher neuen Schwung, neue Energie, neuen Fokus oder auch Ruhe, Konzentration und Entspannung finden. Probiere es aus!



Über Nadin Eule-Mau: Die in Brandenburg a. d. Havel geborene und in Berlin lebende PR- und Marketingspezialistin gehört mit ihrer Triathlon- und Fitness-Website eiswuerfelimschuh.de zu Deutschlands bekanntesten Sportbloggerinnen. Wenn sie nicht gerade für den nächsten Wettkampf trainiert, arbeitet die Triathletin freiberuflich als Copywriter und ist zudem Element Yogalehrerin und Mentorin in einer Berliner Yoga Akademie.

eiswuerfelimschuh.de



IHK Cottbus

WAS WIR MAL WERDEN WOLLEN: STOLZ AUF UNS.

JETZT
#KÖNNENLERNEN



MEINEN PLATZ
FINDEN IM
REGIONALEN
BETRIEB



Ausbildung
macht mehr
aus uns

Was steckt im beruflichen Ausbildungsweg? Greifbare Ergebnisse, Selbstvertrauen und das Gefühl, persönlich zu wachsen! Taucht in das Lebensgefühl Ausbildung ein auf TikTok: @die.azubis



Unsere Rubrik rund um die schönsten Werke von jungen Lausitzer Künstler:innen!

In jeder Ausgabe stellt ein:e Künstler:in sein/ihr persönliches Lieblingswerk vor. Der Kunstform sind dabei keine Grenzen gesetzt – ob Leinwand, Skulptur, Graffiti

oder digital! Du möchtest mitmachen? Kontaktiere uns:

FB/Insta: @lauter.de
redaktion@lauter.de

carographic by Carolyn Mielke



„Antionette“, Acryl auf Leinwand (Juni 2023)

„In diesem farbenfrohen Porträtmalerei erstrahlt eine lebensfrohe Frau in Rot-, Gelb- und Blautönen vor einem reinen weißen Hintergrund. Ihre kurzen, struppigen blauen Haare verleihen ihr einen einzigartigen Charme und setzen einen kühnen Kontrast zu ihrer strahlenden Haut. Ihr herzliches Lächeln verstärkt den Eindruck von Glück und Begeisterung und betont das Ausdrucksstarke ihres Gesichts. Der weiße Hintergrund hebt ihre lebendige Persönlichkeit hervor und erzeugt eine starke visuelle Wirkung. Dieses Gemälde ist eine Hommage an die Freude und die Schönheit des Augenblicks, in dem ein Lächeln die Herzen berührt.“ Carolyn Mielke, IG: @carographic, carographic.de



Kann man mit KI auch kuscheln?



Foto: Kathrin-Clara Jantke

Vor fünf Jahren erhielt Martin Schüler nach eigenen Angaben von seiner Plüschkatze Gondula den Auftrag, Kuscheltiere zu malen. Heute beauftragen Menschen künstliche Intelligenzen mit der Erstellung komplexer Kunstwerke. Sieht Martin seine Kunst bedroht? Die Antwort von Martin Schüler mag überraschen. Der Cottbuser Künstler, selbsternannter König der Kuscheltiere, im Gespräch über die verschmelzenden Welten von Kunst und Technologie:

Künstler:innen schöpfen oft aus ihren Lebenserfahrungen und Gefühlen. Kann eine KI, die Daten analysiert, solch persönliche Kunstwerke schaffen?

Das kann sie durchaus. Die Daten, die eine KI analysiert, stammen ja von uns Menschen. Wir fühlen und drücken mit unserer Nutzung diverser Netzwerke Sehnsüchte aus. Ein Netzwerk kann anhand unserer Daten genau feststellen, welcher Meinung wir sind, was uns fasziniert und uns so gar nicht gefällt. Auf dieser Grundlage lernen

Maschinen, uns Menschen zu verstehen. KI kann uns einen Spiegel vorhalten zu dem, was wir wollen. Außerdem füttern wir die KI mit Vorgaben, die unser Denken wiedergeben. Wir lassen sie persönlich werden.

Was glaubst du: Welchen Einfluss nimmt die Verfügbarkeit von KI-generierter Kunst auf den Geld-Wert und den emotionalen Wert von Kunst?

Das kann man pauschal nicht beantworten, weil Kunst verschie-

denen Zielen folgt wie Marketing, Handwerk oder dem individuellen Ausdruck der Gefühle eines Menschen. Im Bereich der Werbung und des Handwerks sehe ich einen großen Markt für KI-generierte Kunst, weil Firmen und Privatpersonen damit immens Kosten einsparen können. Der Beruf des Grafikers wird sterben. Im Bereich der individuellen persönlichen Kunst sehe ich hier aber keine Veränderungen. Der Kunstmarkt schätzt ein Werk nicht immer aufgrund seiner Qualität, sondern durch die Geschichte und die Bedeutung des Künstlers. Hier gelten andere Faktoren, als sie eine KI bedienen könnte.

Kunst hat oft das Ziel, gesellschaftliche Diskussionen anzuregen. Kann KI-generierte Kunst ähnlich provokativ und kontrovers sein wie Kunst, die von menschlichen Erfahrungen inspiriert ist?

Das denke ich nicht. Eine KI könnte natürlich einen Zeitgeist verstehen, ihn aber nicht prägen. Die Gesellschaft wird durch Menschen verändert, die Altbekanntes infragestellen. Muster aufbrechen. Eine KI lernt jedoch nur auf Grundlage von Daten, die sich nicht von selbst verändern. Sie reproduziert, aber erfindet nicht neue Gedanken. Dafür sind Maschinen zu logisch veranlagt. Vielmehr werden wir Menschen uns durch die neuen Möglichkeiten der KI verändern. Das Medium ist hier die Botschaft.

Inwiefern könnte eine Zusammenarbeit zwischen Künstler:innen und KI neue künstlerische Möglichkeiten eröffnen, die ohne diese Partnerschaft nicht denkbar wären?

Besonders spannend an KI finde ich, wie sie manchmal Zusammenhänge herstellt zwischen Themen, die für mich auf den ersten Blick nichts miteinander zu tun haben. Für mich persönlich kann ich mir vorstellen, dass sie gerade im Marketing für meine eigene Kunst meine Motive weiterdenkt. Zum Beispiel einen Trickfilm daraus kreiert. Ich als Künstler habe Grenzen in meinem Schaffen wie Zeit, technische Möglichkeiten und digitales Know-How. Dabei kann sie mir helfen.

Was macht deine Kunst unnachahmlich?

Tatsächlich versuche ich erst gar nicht, perfekte Handwerkskunst zu schaffen. Mein Stil entstand, indem ich bewusst meine Fehler herausarbeitete. Was mich zum Menschen macht, soll meine Kunst aufzeigen. Eine KI will aber keine Fehler erzeugen. Zudem falle ich durch Aktionskunst auf und will provozieren. Aber nachahmen, das ist einfach. Wieso soll eine Maschine nicht tun, was Menschen auch können?

Wir danken für das Interview.

Mehr über Martin erfahren:
Facebook: martinschuelerart
Instagram: artschueler
www.artschueler.com



Ob Krakelei auf der freien Seite rechts oder mithilfe von KI – wir geben ein Thema vor, du lebst dich künstlerisch aus, wir zeigen die Highlights.

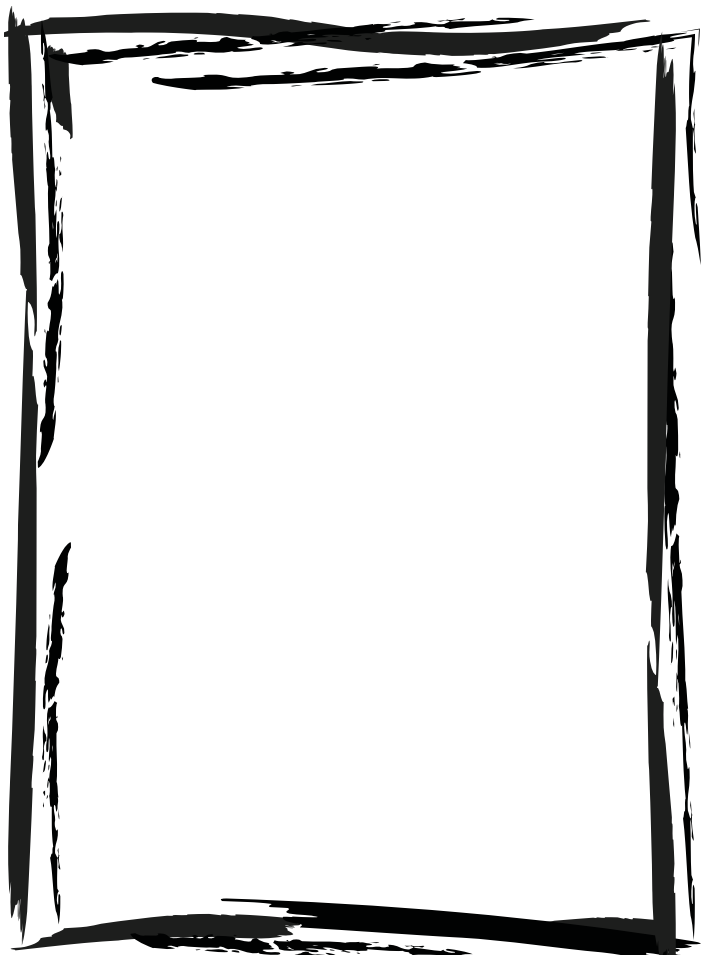
lauter.freiraum ist genau das, wonach es sich anhört – Platz, um sich kreativ auszuleben. Jede Ausgabe geben wir dafür grob eine Kunstrichtung vor, die es von dir umzusetzen gilt. Andere Ideen sind aber natürlich auch immer gern gesehen. Dein Werk kannst du dann per Foto auf Instagram oder Facebook bei uns einsenden. Wir tragen die schönsten Kreationen zusammen und stellen sie in der Folgeausgabe vor.

Das Thema dieser Ausgabe

Mexiko – Generiere mit Begriffen wie Calaveras, Catrina Make Up, Día de Muertos oder Alebrije mithilfe von Bild-KI ein Werk, das die bunte Kultur des Landes zeigt. Oder: Male davon inspiriert auf der rechten Seite hier und jetzt im Magazin los. Alle Skizzen und Ergebnisse sind willkommen!

FB/Insta: @lauter.de
redaktion@lauter.de

Dein Freiraum ...





Unsere Rubrik rund um die schönsten Plätze, aufgenommen von Lausitzer Fotograf:innen!

Foto: nortanrx, istock

In jeder *lauter*-Ausgabe stellt ein:e Fotograf:in seinen/ihren absoluten Lieblingsort vor. Dieser darf in der Lausitz sein oder auch darüber hinaus – Hauptsache schön!

Du möchtest auch mitmachen?
Dann kontaktiere uns:

FB/Insta: @lauter.de
redaktion@lauter.de

„Mein Lieblingsort: Der Spreewald! Der Spreewald ist für mich echt ein Highlight hier in der Region! Mit seinen vielen Wasserwegen, uralten Bäumen und dieser einmaligen Ruhe zieht er viele an, die einfach mal abschalten wollen. Aber für mich? Es ist mein Lieblingsort um Hochzeiten zu fotografieren! Hier, mitten in dieser beeindruckenden Natur, halte ich den schönsten Tag im Leben vieler Paare fest.“



„Die Braut und der Bräutigam, ganz verliebt, und im Hintergrund dieser atemberaubende Spreewald mit den saftig grünen Wiesen. Wenn ich dort mit meiner Kamera die wundervollen Hochzeiten begleite, genieße ich nicht nur die Aussicht, sondern auch die kleinen Momente, die diesen Ort so besonders machen. Für mich ist der Spreewald die perfekte Fotokulisse unter freiem Himmel.“

**Manuel Surkau, Instagram: [manuelsurkau](#), Facebook: [msurkau](#)
TikTok: [manuelsurkau](#), YouTube: [manuelsurkau](#), [www.manuelsurkau.de](#)**

Geld durch, mit und dank KI?



Ob Google, Microsoft oder Samsung, momentan wird weltweit um die Vorherrschaft auf dem Thema Künstliche Intelligenz gekämpft, welche als die Technologie der Zukunft gesehen wird. Und wie schon bei anderen Hypes der letzten Jahre – Krypto oder NFTs, um nur zwei Beispiele zu nennen – sprießen momentan mal wieder allerlei (Möchtegern)-Coaches aus dem Boden, die einem verklickern wollen, wie sich nun besonders

schnell, viel und passiv Geld machen lässt.

Wir haben mal die unserer Meinung nach drei gängigsten Methoden herausgesucht und uns über ihre Erfolgsaussichten informiert.

Geld durch KI

Der wohl direkteste Weg, mit dieser Branche Geld zu machen, ist wohl, Anteile an den dort mitspielenden Firmen zu kaufen. Für Normalsterbliche wie uns bedeutet das, entweder die Aktien eines KI-Unternehmens oder sogenannte Themen-ETFs zu kaufen, wo mit einer Bandbreite von Aktien mehrerer großer Player der Branche der Verlust beim Bankrott eines Einzelnen gesenkt werden kann.

Blinder Passagier

Problem ist bloß, dass durch die immensen Kosten bei der Entwicklung von KI, dies momentan eher Großkonzernen vorbehalten ist (als Stiftung ist OpenAI zum Beispiel nicht an der Börse notiert). Auch wenn man also überzeugt ist, dass die KI-Branche in Zukunft weiter floriert, investiert man bei deren Aktien und Themen-ETFs oft indirekt in andere Geschäftsfelder mit.

Zeit ist Geld

Dazu kommt, dass ETFs zu einer speziellen Branche meist schlechter performen, als sol-

che, die die gesamte Weltwirtschaft abbilden – wie der MSCI World mit einer durchschnittlichen Rendite von 9 Prozent im Jahr. Denn wenn man selbst von dem Boom einer Branche mitbekommt, erlebt deren Nachfrage an der Börse bereits Höchstzahlen, während es danach eher nur noch bergab geht. Man muss also schon früh dabei und sicher sein, dass noch Raum für Zukunftspotenzial bleibt.

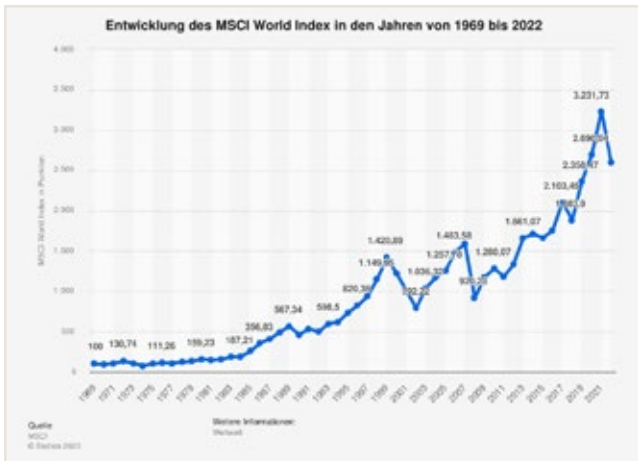
Geld dank KI

KI kann nicht nur Texte oder Bilder erstellen, sondern anscheinend auch die menschliche

Vermögensberatung ersetzen. Sogenannte Robo-Advisor sollen so anhand von persönlichem Einkommen und Risikobereitschaft Wertpapiere automatisch an- und verkaufen. Und im Gegensatz zu ihrem menschlichen Gegenstück verlangen die geringe bis gar keine Honorare für ihre Beratung, sind also selbst für normale Leute zugänglich.

Kühler „Kopf“

Zudem soll hier die Emotionslosigkeit der Maschinen zu ihrer größten Stärke werden, da Menschen gerade im Umgang mit Geld überaus irrational han- ➤



Der MSCI World bündelt die Aktien der größten Unternehmen der Industriestaaten und konnte damit, bei einer Betrachtung seit 1975, jährlich eine Rendite von 9 Prozent erzielen.

deln. So verlieren selbst Profis, die große Aktienfonds verwalten und dafür nicht gerade wenig verdienen, meist gegen die 9 Prozent Rendite, die der MSCI World mit einer Wiedergabe des „durchschnittlichen Marktes“ erzielt.

Fun Fact: Um sich über die Inkompetenz von Finanzgurus lustig zu machen, wird gerne der Ökonom Burton Malkiel zur Hand genommen, der sagte, dass wenn ein Affe mit Dartpfeilen auf den Finanzteil einer Zeitung wirft und so zufällig Aktien für ein Portfolio auswählt, selbiges genauso gut abschneidet, wie das von Profis. Es sei eben Zufall. Denn genau das wurde 1999 mit dem Affen Raven ausprobiert, der mit überraschendem Erfolg zum 22. besten Investor des Jahres wurde und im Guinness-Buch der Rekorde landete.

KI oder doch Mensch

Algorithmen, die rein auf Statistik, Daten und Rationalität basieren, sollten dagegen den Menschen übertrumpfen, der auch mal schnell die Nerven verlieren kann oder seine eigenen Fähigkeiten überschätzt, oder? Auch wenn Robo-Advisor dieses Potenzial nutzen könnten, müsste in ihnen dafür erstmal KI drin stecken. In Wirklichkeit verstecken sich hinter diesem Namen nämlich oft nur einfache

Wenn-Dann-Regeln vom Menschen. Mangelnde Transparenz dürfte hier für viele ein Ausschlusskriterium sein.

Geld mit KI

Influencer werden, Fotos verkaufen, etc. – mit Nebenberufen oder wie sie auf Englisch etwas stilvoller genannt werden „Side Hustles“, konnte man schon vor KI Geld verdienen. Automatisch generierte Texte, Bilder oder Videos machen das Ganze jetzt aber um Einiges leichter. So kann man zum Beispiel als Blogger über Bannerwerbung von Google, Affiliate Marketing, mit der VG Wort (die Content Creators pro Text mit über 1.500 Euro aufrufen rund 44 Euro zahlt) und weiteren Methoden Geld verdienen.

Gratis Weiterbildung

Am Ende ist jede dieser Methoden aber doch mit einem Zeitaufwand verbunden, der dem von Finanzgurus versprochenen, schnell, vielen und passiven Geld nicht gerecht wird. Wo KI aber auf jeden Fall helfen kann, ist bei der Weiterbildung. Schließlich bezeichnet man die Menge der eigenen Kenntnisse nicht umsonst als Humankapital und KI kann diesem mit seinen vielen neuen Fähigkeiten einen ordentlichen Boost verleihen, so auch mit Informationen, die wir hier als Verdienstmöglichkeiten mit KI aufgezählt haben.

COTTBUS | 18 - 24 UHR | 20 ORTE = 1 TICKET

7. OKT NDKK

NACHT DER KREATIVEN KÖPFE

KLÜGE
RÜBER
NACHT

Mit
AFTERSHOWPARTY
Bunter Bahnhof, 22 Uhr

PROGRAMM & TICKETS > ndkk.de



R2-25 Wiring feiert Geburtstag



Alltagsgeschichten eines Roboters.

Liebes Individuum des schöpfenden Volks, heute möchte ich dich in die faszinierende Welt der Wiringlings entführen und von einem ganz besonderen Ereignis berichten: meinem 25. Geburtstag! Ja, du hast richtig gehört – auch Roboter feiern Geburtstage!

Meine Wenigkeit, R2-25 Wiring, wurde vor 25 Jahren von einem brillanten Ingenieur namens Professor Nerdotron erschaffen. Mein Schöpfer verpasste mir neben einer für Menschen beein-

druckenden Rechenleistung eine Werkzeugkiste voller blinkender LEDs, die mich seither zum Mittelpunkt jeder Party macht. Bei meiner Geburtstagsplanung supporteten mich meine Roboterfreunde: Die charmante Tintron, der spaßige Botbot und die schüchterne Databella halfen mir, einen Tag zu planen, der bis zum Erlöschen der Sonne auf meinem ROM gespeichert bleiben wird.

Wir fanden uns in der „Ölschänke zum Lachstrom“ ein. In dieser

speziellen Roboterkneipe waren wir unter uns und konnten ungestört feiern. Die Stimmung war elektrisierend, als Tintron die Tanzfläche eröffnete und mit ihren geschmeidigen, wenn auch manchmal knarzenden Bewegungen die anderen zur Imitation animierte. Botbot, der Spaßgarant, übertrug mit seinen Witzen und verrückten Tanzeinlagen jedem eine Lachmimik ins Gesicht. Selbst Databella, die auf Kneipenpartys normalerweise eher die 404-Rolle spielt, beeindruckte alle mit einer spektakulären Robo-Macarena.

Natürlich durfte auch eine Geburtstagstorte nicht fehlen – gerecht wurde Factory Cheesecake! Die bunt leuchtenden Tortenkerzen waren wirklich zum Dahinschmelzen – zumindest habe ich von Menschen gelernt, dass sie Kerzen genau deswegen kaufen. Ich war zu Funken gerührt, als alle um mich herum das traditionelle Roboter-Geburtstagslied anstimmten:

*01001000, 01100001, 01110000,
01110000, 01111001 Birthday to you,*

*01001000, 01100001, 01110000,
01110000, 01111001 Birthday to you,*

*01001000, 01100001, 01110000,
01110000, 01111001 Birthday R2-25,*

*01001000, 01100001, 01110000,
01110000, 01111001 to you!*

Die Geschenke waren ebenfalls eine Klasse für sich. Tintron überraschte mich mit einem Konfettblaster zur Implementierung in meine LED-Lichtshow, während Botbot mir eine riesige Sammlung von Witzen überreichte, die ich direkt in meine Datenbank einbaute. Nun muss ich nur noch lernen, die Jokes nicht in unpassenden Momenten wiederzugeben. Databella hingegen schenkte mir ein Buch über die Geschichte der Robotik, in welchem ich sogar meinen Schöpfer wiederfand.

Während der Feier riefen wir gemeinsam einige unserer verrücktesten Erlebnisse aus unseren Langzeitspeichern ab. Wie wir zusammen die schnellste Route in Tokio fanden, wie wir versehentlich anderer Menschen Mütter als alte Schrauben deklarieren oder wie wir eine scheinbar harmlose Mikrowelle als Alien-Signalquelle entlarvten, woraufhin unsere Festplatten fast gelöscht wurden.

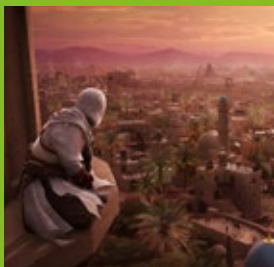
Als wir in die Nacht hinein jubelten und lachten, wurde uns klar, dass Roboterfreundschaften genauso wertvoll und erfüllend sein können wie die zwischen Menschen. Denn am Ende des Tages, ob Mensch oder Maschine, ist es die Liebe, die uns verbindet. Wer weiß, vielleicht laden wir eines Tages auch Menschen zu unseren Geburtstagspartys ein! Bis dahin: stets die Spannung oben halten!



Mortal Kombat 1

Jeder, der sich mit Games auskennt, dürfte sich wundern, warum diese schon länger existierende Reihe nun einen „Teil 1“ rausbringt. Fans dagegen wissen, warum im letzten Teil ein neues Zeitalter eingeläutet wurde. Dieses bringt nun ein neues Kampfsystem mit sich. Die dank ihrer Brutalität bekannten Fatalities gibt es aber nach wie vor.

19.9. | **Fightgame** | PS, Xbox, Switch, PC



Assassin's Creed Mirage

Im 13. Teil der Meuchelmörder-Hauptserie heißt es, mit einer kleineren Spielwelt, wo wieder mehr Wert auf Stealth, Parcour und eine tiefgründige Hauptstory gelegt wird, wieder back to the roots. Diese spielt im Bagdad des 9. Jhd. wo du als Straßendieb Basim auf der Suche nach Gerechtigkeit in alter Manier zum Meisterassassinen wirst.

05.10. | **Stealth** | PS, Xbox, PC



Lords of the Fallen

Bei diesem Soulslike kann man sich auf eine düstere Spielwelt, verschiedene Klassen und fordernde Kämpfe freuen - alles, was das Genre eben so mit sich bringt. Als Besonderheit dagegen soll dienen, dass man auf seiner Reise, eine heilige Mission zu erfüllen, zwischen dem Reich der Lebenden und dem der Toten stetig wechseln muss.

13.10. | **Adventure** | PS, Xbox, PC

Präsentiert von: Play Spremberg



Avatar: Frontiers of Pandora

Wie der Name schon verrät, erwartest dich hier die farbenfrohe Welt von Pandora, die es als Na'vi zu durchstreifen gilt. Und auch die Story orientiert sich an den Filmen, mit dem Kniff, dass der spielbare Na'vi in Gefangenschaft aufgewachsen ist, also nun nicht nur gegen die Menschen kämpfen, sondern auch erstmal seine eigene Heimat erkunden muss.

7.12. | Open-World | PS5, Xbox Series, PC



Assassin's Creed (1)

Der erste Ableger legte 2007 den Grundstein für zehn weitere Hauptteile. Der Spieler schlüpft in die Rolle des Assassinen Altaïr und meuchelt sich durch das Palästina des 12. Jahrhunderts. Ursprünglich sollte das Schleichspiel ein neuer Prince-of-Persia-Teil werden. Ob der Erfolg genauso bahnbrechend gewesen wäre?

2007 | Action-Adv. | PS3, Xbox 360, PC

**Alle Spiele erhältlich
bei: Play Spremberg**

- Aktuelle Releases für PlayStation-, Xbox- und Nintendo-Konsolen
- Retrogames und -plattformen der vergangenen 30 Jahre
- Spielzeug, Trading Cards, Zockerecke



Play Spremberg

Friedrichstraße 30
03130 Spremberg
Di.-Sa. 10-18 Uhr

ICH BITTE UM EINE SCHWEIGEMINUTE FÜR DIE NUN FOLGENDE, TOTLUSTIGE FLACHWITZPARADE.

WAS IST DAS BELIEBTESTE INSTRUMENT IN ITALIEN? DER NUDELSACK.

WIE NENNT MAN SEX IM GEFÄNGNIS? ZELLEILUNG.

WELCHE MUSIKGRUPPE BRINGT DIE BESTEN TAPES RAUS? DIE KLEBEBAND.

WARUM FEIERN WIR SILVESTER HIER ERST SEIT DER WENDE? FRÜHER GAB'S NUR SILOSTER.

**KLEINANZEIGEN? WITZE? SUCHE? BIETE?
LIEBESGESTÄNDNISSE? HEIRATSANTRÄGE? SCHEIDUNGEN?
FRAGEN? ANTWORTEN? 100% ANONYM!**

Schreib uns bei Insta/Facebook: @lauter.de
oder per Mail: redaktion@lauter.de



Infos zu MDMA

Ecstasy

Wirkstoff:

MDMA und weitere

Weitere Szenenamen:

Teil, Pille, Mumpel

Einstufung nach BtMG:

illegal

Form: Tablette, selten: Pulver

Einnahme: oral (häufig), als Pulver geschneift (selten)

Wirkung: euphorisierend

Wirkungsdauer: 30 bis 40 Minuten nach der Einnahme setzt die Wirkung ein, die etwa sechs Stunden anhält.

Wir raten generell von Drogenkonsum ab! Besonders gefährlich: Mischkonsum (Konsum verschiedener Drogen zur gleichen Zeit bzw. in kurzen Abständen), hohe Dosierungen, alleiniger Konsum. Wenn du unbedingt Drogen ausprobieren musst, dann nicht alleine. Weihe Freunde in dein Vorhaben ein, die ein Auge auf dich haben können. Wichtig: Nimm genügend nicht-alkoholische Flüssigkeit zu dir. Konsultiere bei Komplikationen einen Arzt.

Die Droge: ... ist in den wenigsten Fällen nur „eine“ Droge. Tatsächlich lassen sich Ecstasy-Konsumierende auf den Mischrausch eines größeren Substanzspektrums ein. Am häufigsten enthalten ist MDMA – eine euphorisierende und herzöffnende Substanz, die wir in unserer Ausgabe 2021-3 bereits vorstellten (s. QR-Code auf der Vorderseite). Der verhältnismäßig teuren Substanz mischen Hersteller oftmals weitere Substanzen wie Amphetamin, Koffein, MDA oder MDE bei. Heraus kommt ein Cocktail, der von Tablette zu Tablette unterschiedlich hohe Anteile der einzelnen Komponenten erhält.

Die Wirkung: Welchen Rausch eine Ecstasy-Tablette entfaltet, kann jedes Mal unterschiedlich sein. In der Praxis treffen Konsumierende einerseits auf Tabletten mit kaum vorhandenem Wirkungspotenzial, andere „Teile“ sind wiederum unerwartet hoch mit MDMA dosiert. So wie der zurzeit berühmte „Blue Punisher“, eine blaue Pille, die in manchen Fällen das Mehrfa-

che der üblichen Dosis enthält. Über 1,5 mg (Männer) bzw. 1,3 mg (Frauen) pro kg Körpergewicht gelten als besonders gesundheitsschädlich. Um den MDMA-Gehalt und eventuell unerwartete Streckmittel abschätzen zu können, lohnt sich die Google-Suche „ecstasy drugcheck“. Dadurch findet man Datenbanken mit Informationen über momentan verbreitete Tabletten. Entsprechende Portale machen deutlich, dass der Wirkstoffgehalt auch trotz gleicher Farbe und Form stark variieren kann.

Die Folgen: Überschreitet man durch den Konsum einer Ecstasy-Tablette die oben angegebene, empfohlene Dosis MDMA, dann treten die Nebenwirkungen des Rausches vermehrt auf. Dazu zählen „Kiefer-Mahlen“, Augen- und Nervenzucken, Krämpfe, erhöhte Körpertemperaturen und Halluzinationen. An Folgetagen treten vermehrt Depressionen, Konzentrationschwächen, Schlafstörungen und Appetitlosigkeit auf. Als Vorsichtsmaßnahme halbieren oder vierteln viele Konsumierende ihre Tablette.



ANIME

Anime und Manga: KI statt Mangaka?

KI statt Mangaka

Angenommen du hast eine gute Story und willst die als Manga verwirklichen, kannst aber nicht zeichnen. Was machst du? Genau vor dieser Frage stand ein, unter dem Pseudonym „Rootport“ bekannter, japanischer Autor und fand schlussendlich in Künstlicher Intelligenz die Lösung.

Rekordzeit

So generierte er mit Hilfe von Midjourney in innerhalb von sechs Wochen 9.000 Bilder und setzte eine Auswahl davon zu einer Geschichte von 108 Seiten zusammen. Per Hand gezeichnet, wäre Selbiges kaum in unter einem Jahr zu schaffen. Und dank dem Verlag Shinchōsha wurde der damit erste KI generierte Manga ab diesem Frühling auch in physischer Form unter dem Namen „Cyberpunk: Momotaro“ erhältlich.

Comic statt Manga

Doch auch wenn diese Tat das Potenzial von KI aufzeigt, könnte ein Blick in das tatsächliche Werk doch für ein bisschen Ernüchterung sorgen. Statt dem ikonischen schwarz-weiß Stil mit klaren Linien von klassischen Mangas, gleicht dieses nämlich eher einem aus Acrylmalereien bestehendem westlichen Comic.

Illusion

Das hat laut Rootport aber auch einen Grund. Was die KI nämlich noch nicht kann, ist, konstant



Wir haben selbst mal mit Leonardo AI, auf Basis derselben Attribute, den Hauptcharakter von Cyberpunk: Momotaro in farbigem Anime-Design nachgestellt. Der klare Nachteil dieses Bildes: Während in Rootports Acrylmalerei-ähnlichen Bildern die verwaschenen Farben fehlerhafte Details (wortwörtlich) vertuschen, funktioniert das bei solch klarer Linienführung nicht.)

dieselben Dinge zu erstellen. Der Hauptcharakter von Cyberpunk: Momotaro beispielsweise wurde mit den Attributen „pinke Haare“, „asiatischer Junge“, „Cyberpunk“, „College-Jacke“ und „Manga“ erstellt - wie die KI diese zusammen mixt, bleibt aber unvorhersehbar. Deswegen sollen (farblich) sehr markante Eigenschaften, wie dort die pinken Haare, von den z.B. unterschiedlichen Gesichtszügen ablenken.

Wirklichkeit

Trotzdem reichte das Endprodukt aus, um neben anderen Beispielen für mächtig Unruhe zu sorgen. Ob ein Programm, mit dem die Erstellung von Animecharakteren automatisiert wird, ein Video, indem KI von alleine eine Englische Synchro erstellt oder Netflix, die in einem Anime-Musikvideo bereits KI für die Hintergründe einsetzen und in den Credits jegliche menschliche Beteiligung lediglich als „AI (+Human)“ angeben - neue KI-Anwendungen lassen Fans um die Originalität der Werke fürchten und Beschäftigte um ihre Jobs bangen.

Zweischneidiges Schwert

Denn so wie für viele andere Branchen birgt KI auch hier neben den Nachteilen, die vor allem den Wegfall von Arbeitsplätzen und den Verlust von Emotionalität betreffen, viel zu viele Vorteile, um einfach ignoriert zu werden. So könnte gerade die durch Überarbeitung berichtigte Anime- und Manga-Branche von beschleunigten Produktionsprozessen, wie automatisiertem Inbetweening, das in Animes die Anzahl an zu zeichnenden Szenen senkt, indem KI die, für eine flüssige Bewegung notwendigen, Bilder erzeugt, profitieren. »



QR-Code 1: Hier geht's zu Rootports Manga, den er auf Twitter veröffentlicht hat. Wer kein Japanisch kann, muss sich aber ausschließlich mit den Illustrationen begnügen.

QR-Code 2: Mit einem solchen Programm könnten Charaktere in Zukunft vielleicht allein durch einfache Strichmännchen-Skizzen entstehen.

QR-Code 3: Wie sich die japanischen Stimmen Dio und Joutarou aus Jojo's Bizarre Adventure auf Englisch anhören, zeigt dieses schon 14 Mio. Mal gesehene Video.

QR-Code 4: Bei 3:07 wird im Musikvideo gezeigt, wie KI Hintergründe auf Basis handgezeichneter Layouts erstellt. Fürs Zeichnen dieser wird die entsprechende Person aber nicht Mal erwähnt.

Stütze, nicht Autopilot

Dafür müssen aber gerade die großen Studios in Verantwortung treten und nicht wie in dem Beispiel von Netflix KI nutzen, um Arbeitsplätze zu ersetzen, sondern damit geschultes Personal nicht nur effizienter, sondern auch in höherer Qualität arbeiten zu lassen. Das angesprochene Anime-Musikvideo „The Dog and the Boy“ von Netflix beispielsweise hat auf MyAnimeList aus rund 800 Bewertungen einen Score von gerade mal 5,6/10 Sternen erhalten - an Arbeitskräften zu sparen, war hier also eher keine gute Idee.

Künstlerischer Wert

...den haben - selbst seine eigenen - von KI generierten Bilder auch für Rootport nicht. Er entsteht laut ihm aber dadurch, dass es erst durch diese Bilder möglich war, seine ursprüngliche Idee bzw. Geschichte zum Ausdruck zu bringen. Zeichnen kann er schließlich nicht. Und so sollte KI auch schlussendlich eingesetzt werden. Um Mangaka & Co. mehr Freiheit zu geben, sich zu verwirklichen, Beschäftigten mehr Zeit zu geben, um auf die Details zu achten - wodurch die Fans am Ende auch durch höhere Qualität profitieren dürften.



Die Bilder auf dieser Seite haben wir mit Leonardo AI erstellt, wobei wir der abgebildeten Frau lediglich die Eigenschaften braune Haare und den fiktiven Namen „Mikoto Sakura“ gegeben haben.

Mach dich selbst ans Werk

Wer selbst mal ein bisschen herumexperimentieren oder ähnlich wie Rootport sogar einen ganzen Manga mit KI erstellen will, kann tatsächlich oft einigermaßen konstante Charakte-

re erstellen, indem diesem beim Eingeben der Prompts in Bild-KIs einen Namen gibt oder, falls bei der jeweiligen KI möglich, bereits erstellt Bilder als „Anleitung“ nutzt.



Ausbildung bei der LWG?

Du bist umweltbewusst
und technisch interessiert?
Dann bewirb dich bei uns!
Lerne nachhaltig zu wirtschaften
und der Natur Gutes zu tun.



Bring dieses LAUTER-Heft mit und sahne was COOLES ab!
Becher LWG-Wasser ;-)

Mehr Infos zu unser Ausbildung
lausitzer-wasser.de



Foto: designed by Uplyak, freepik

KARRIERE

Tipps für deine Zukunft in der Lausitz

?

104

Berufseraten
Wer arbeitet hier?



Die Lausitz rockt – That's #WHY!
Karrieremesse in Hoyerswerda 114



106

Karriere-Termine
iBOB 2023



#WHY!-Karrieremesse
Das Drumherum

116

BÜHNE FREI – FÜR DICH

WIR SUCHEN:

Show Master Stage Assistant Background Manager



Informiere Dich über Berufe in der Apotheke **unter www.lakbb.de** oder **in jeder Apotheke!**

Landesapothekerkammer Brandenburg • Am Buchhorst 18 • 14478 Potsdam

Tel.: 0331/88866-0 • E-Mail: kammer@lakbb.de

Beruferraten: Wer arbeitet hier?

Welche Berufe verbergen sich hinter diesen Rätseln?

Rate mit – und erfahre die Antwort auf den angegebenen Seiten. Die gesuchten Berufe sind dort auf Motiven oder im Fließtext abgebildet.

Foto: Roman Bykhalets, istock



*„Ich helfe mit,
eine ganze Stadt
weiterzuentwickeln.“*

S. 106

*„Ich beflügele mit
meinen Ideen den
Arbeitsalltag von
anderen.“*

S. 108

*„Ich verkaufe alles,
was man zum Leben
braucht.“*

S. 110

*„Ich nutze modernste
Technologie, um
Menschen gesund zu
machen.“*

S. 112

*„Ich digitalisiere von
der Lausitz aus die
ganze Welt.“*

S. 120

*„Ich beherrsche die
richtige Mischung für
Kunststofferzeugnisse
aller Art.“*

S. 123

Alles Pflege oder was?

Bildnachweis: SDI Productions

Ihr Karrierestart bei uns im Christlichen Seniorenheim Spremberg

Sie haben Lust auf ein cooles und spannendes Umfeld?
Wir bieten jungen Menschen eine erstklassige **Ausbildung**

in der **Pflege** und damit einen tollen Einstieg ins Berufsleben

Bei uns gibt's:

- Raum für Ihre individuelle Entwicklung und Entfaltung
- Familienfreundliche Bedingungen
- Spitze Lernbegleitung und motivierendes Umfeld

Es erwartet Sie: ein junges und erfrischendes Team

Hoffnungstaler Stiftung
Lobetal

Christliches Seniorenheim Spremberg

Gärtnerstraße 7
03130 Spremberg

Telefon: 03563 34520
m.dobianer@lobetal.de

iBOB: Berufsbilder zum Ausprobieren



Am 18.11. zeigt sich die Lausitzer Ausbildungslandschaft wieder in seiner vollen Vielfalt. Die interaktive Berufsbildungsbörse – kurz: iBOB – steht an und steigt von 10 bis 15 Uhr in der Stadthalle Cottbus. 2.000 Besucher:innen tauchten im Vorjahr in verschiedensten Berufsbildern ein und entdeckten ihren künftigen Traumjob unter mehr

als 90 ausstellenden Unternehmen. Vom Anlagenmechaniker bis zur Werksfeuerwehrfrau – die Vielfalt an Berufsbildern wird auch 2023 wieder überragend sein. Neben Ausbildungsplätzen werden auch duale Studienplätze und betriebliche Praktikumsstellen präsentiert – allesamt zum Anfassen, Mitmachen und Ausprobieren. Dazu kommt ein buntes Rahmenprogramm mit Probierdecken, Bewerbungsmappen-Check, Vorträgen und vielem mehr. Alle Schüler:innen, junge Erwachsene und auch gern Eltern und Freunde als Begleiter:innen sollten sich diesen Termin daher unbedingt vormerken!

18.11. | 10-15 Uhr | Stadthalle Cottbus | www.ibob-cottbus.de

Komm' in unser Team!



Nutze deine Chance und bewirb dich bis zum **31.12.2023!**

Weitere Informationen findest du auf unserer Internetseite www.senftenberg.de



Senftenberg
investieren studieren flanieren



Die **Stadt Senftenberg** sucht dich für eine Ausbildung zur/zum

Verwaltungsfachangestellten (m/w/d)

(Fachrichtung Kommunalverwaltung)

ab **1. September 2024.**

Wir bieten dir...

- ✓ Ausbildungsvergütung nach Tarifvertrag und 30 Tage Urlaub im Jahr
- ✓ interessante Seminare und gemeinsame Projekte
- ✓ jährlich stattfindender Kennenlerntag aller Auszubildenden
- ✓ Einbindung in städtische Aktivitäten und Veranstaltungen
- ✓ beste Zukunftsperspektive mit sehr guten Übernahmeaussichten



William



AUSBILDUNG ZUM ANFASSEN!

Sa. 18.11.2023 | 10–15 Uhr
Stadthalle Cottbus

Unter der Schirmherrschaft des Landkreises Spree-Neiße und der Stadt Cottbus

Dein Traumjob? Lässt sich einrichten



Gestalte bei REISS die Zukunft der Arbeitswelt – und verbreite deine zu Möbeln gewordenen Ideen auf der ganzen Welt.

In einer Zeit, in der Unternehmen kommen und gehen, hat ein Name über Generationen hinweg Bestand: REISS. Im Jahr 1882 legte Robert Reiss die Grundlage für eine beeindruckende Geschichte. Eine Geschichte, die von einem unbezwingbaren Ehrgeiz, dem Mut zur Innovation und einem klaren Leitgedanken geprägt wurde: Produkte zu entwickeln, die nicht nur funktional sind, sondern ihre Benutzer inspirieren.

Zuhause sind diese Produkte in Büros. REISS-Tische, -Schränke und Zubehöre sorgen in erster Linie dafür, dass jedermann produktiv, bequem und gesund arbeiten kann. Doch die Ansprüche von REISS gehen noch weiter. Büromöbel sollen nicht nur Räume füllen. Vielmehr steckt in ihnen das Potenzial, die Welt von Morgen mitzugestalten. Um das zu erreichen, sind deine Ideen gefragt. Als Mitarbeiter bei REISS sorgst du mit handwerklichem Geschick und Köpfchen dafür, dass innovative Gedanken zu Möbeln werden,

die andere in ihrer Arbeit beflügeln und noch mehr gute Ideen für unsere Zukunft entstehen lassen.

Während du Möbel gestaltest, sichert REISS das passende Drumherum. Das Unternehmen steht für ein familiäres, heimatverbundenes Umfeld und direkte Kommunikation. Dabei bietet es dir die Chance, Teil einer globalen Reise zu sein. Denn REISS geht über Grenzen hinaus und trägt seine Produkte und Werte stolz in die Welt.



Möchtest du mitmachen? Dann schau dir die Karriereangebote von REISS auf ihrer Website an:

www.reiss-bueromoebel.de



Slawenburg Raddusch Open-Air - 08.07. - Photograph John Götze



Super(ausbildungs)markt EDEKA



Fotos: Fotoatelier Goethe



EDEKA-Karriere

Ab August 2024 kannst du als Azubi bei EDEKA Weidemann einsteigen – alles andere ist Käse!

Willkommen im Superausbildungsmarkt! Jeder kennt EDEKA von eigenen Einkaufstouren und aus der TV-Werbung. Was man als Ottonormalkunde nicht sieht: Hinter den Kulissen laufen Tausende spannende Prozesse ab, damit so ein Markt funktioniert. Dafür bildet EDEKA Expertinnen und Experten aus – unter anderem bei EDEKA Weidemann in Peitz.

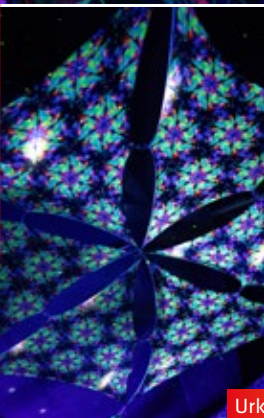
Seit 17 Jahren ist der Markt in der Kleinstadt vor Ort – viele junge Menschen aus Spree-Neiße sind mit ihm zusammen aufgewachsen. Auch dutzende Auszubildende wurden hier groß. Jährlich starten rund 8.000 Azubis im EDEKA-Verbund, darunter 4 bei EDEKA Weidemann in 2023. Sie alle lernen, was beim Organisie-

ren eines Supermarktes dahintersteckt – und dürfen dabei eigene Ideen wie zum Beispiel Aktionsprodukte und ihre Präsentation mit einbringen.

Berufstechnisch wählen kann man in Peitz zwischen dem Kaufmann bzw. der Kauffrau im Einzelhandel oder dem:der Verkäufer:in. Dank vielfältigem Knowledge-Zuwachs, dem richtigen Maß an Verantwortung und einer fairen Bezahlung wird EDEKA so auch für dich vom Super- zum Superausbildungsmarkt!

Die nächste Runde beginnt im August 2024. Informiere dich auf der Website von EDEKA Weidemann und bewirb' dich über den QR-Code im Bildbereich!

www.edeka-weidemann.de



Urknall 2023 - 16.06. - Bunter Bahnhof - (c) Martin Bremer



Sana: für alle, die gern helfen



Deine Ausbildung im Lausitzer Aufbruch – für kollegiale Kümmerer, achtsame Adrenalinjunkies und einfühlsame Einschlafbegleiter.

Du bist da, wenn du gebraucht wirst? Du möchtest Menschen in schwierigen Situationen helfen? Du möchtest lernen, was dafür zu tun ist? Dann komm' zu den Sana Kliniken Niederlausitz. Circa 1.200 Mitarbeiter:innen sichern hier in 14 Kliniken und 3 Instituten die Versorgung von über 50.000 Patient:innen jährlich. Für drei Berufsbilder steht der Ausbildungsbeginn bevor:

Werde zum kollegialen Kümmerer (ab 1.10. / 1.4.)

Mit der Ausbildung zum Pflegefachmann (m/w/d) wirst du zum Allrounder in der Pflegebranche – die Sana Kliniken geben dir innerhalb von 3 Jahren das nötige Handwerkszeug dafür. Zusätzlich bietet die Sana Campusschule Lausitz weiterführende Lehrinhalte (z.B. Kinästhetik), persönliche Pflege von der Aromapflege bis zum Zitronenwickel, Themenprojekte und spannende Exkursionen.

Werde zum achtsamen Adrenalinjunkie (ab 1.10.)

Mit der Ausbildung zur operationstechnischen oder Anästhesietechnischen Assistenz geht's für dich in den OP-Saal. Innerhalb von 3 Jahren erlernst du die Fertigkeiten für eine Tätigkeit im Operationsdienst, in der Ambulanz, in der Endoskopie und in der Zentralsterilisation. Dabei gehst du mit modernster Medizintechnologie um.

Werde bei Sana heimisch

Die praktische Ausbildung absolvierst du in Senftenberg, Lauchhammer und in kooperierenden Pflegeeinrichtungen – deine Berufsschulbank drückst Du in Klettwitz. Hier gibt es beste Lernbedingungen in realitätsnahen Skills Labs. Du bist schon ein examinierter Pflege- oder OP-Held? Dann bereichere das Sana-Team und freue dich auf eine ausgesprochene Willkommenskultur. Alle Infos unter:

sana.de/niederlausitzjobs



Slawenburg Raddusch Open-Air - 08.07. - Photograph John Götze



Die Lausitz rockt – That's #WHY!

TITELSTORY



Hoch hinaus in Hoyerswerda: Auf zur #WHY!-Karrieremesse am 27. und 28. Oktober im Lausitz-Center.

Die Lausitz wandelt sich zunehmend zur Gewinnerregion. Zu verdanken ist das der Strukturentwicklung und ihrer damit einhergehenden Transformation – weg von einer Kohle- und hin zu einer umweltfreundlichen Wissens- und Technologieregion. Hoyerswerda gehört zu den Städten, die am stärksten von dieser Entwicklung profitieren. Du hast die Chance, Teil dieser Transformation zu sein. Auf der #WHY!-Karrieremesse im Lausitz-Center Hoyerswerda erfährst du alles Wichtige dafür. Am 27. und 28. Oktober verwandelt sich das Einkaufszentrum jeweils von 10 bis

16 Uhr zu einem Hotspot der Inspiration für deine Suche nach einem sinnvollen und erfüllenden Lebens- und Arbeitsort.

Arbeiten

Ob freie Ausbildungsplätze, vakante Stellen oder Fragen zur Selbstständigkeit – auf der #WHY!-Karrieremesse findest du deinen direkten Ansprechpartner für die Gestaltung deiner beruflichen und persönlichen Zukunft in der Lausitz. 24 potenzielle Arbeitgeber stehen für Gespräche zur Verfügung.

Leben

Hoyerswerda mixt idyllisches Landleben mit urbanem Lifestyle – der perfekte Ort für Freigeister, aber auch für Großstadtmüde und Heimatverliebte. Die #WHY!-Karrieremesse bietet die passenden Informationen rund um Wohnraum, Betreuungs- und Bildungsangebote sowie Freizeitmöglichkeiten.

Drumherum

Darüber hinaus erhältst du spannende Einblicke in die Vereinslandschaft Hoyerswerda und bekommst kulturell einiges geboten – mehr dazu auf der nächsten Seite.

#WHY!-Karrieremesse

27. & 28.10. | 10-16 Uhr

Lausitz-Center Hoyerswerda

familienregion-hoy.de/karrieremesse

Hoyerswerda
Familienregion
Sagenhafte Möglichkeiten

Gefördert durch:



Bundministerium
für Wohnen, Stadtentwicklung
und Bauwesen

Zukunftsfähige
Innenstädte und Zentren

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

27. – 28. Oktober

#WHY!

KARRIERE
MESSE

im Lausitz-Center Hoyerswerda

#freizeit



#karriere



#perspektive



LAUSITZ-CENTER
HOYERSWERDA

HOYERSWERDAER SZ TAGEBLATT[®]



Wir lieben Ideen

Hoyerswerda
Město Wolerecy



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit
Hoyerswerda / Wolerecy

www.familienregion-hoy.de/karrieremesse

#WHY!-Messe: das Drumherum



Nicht nur Arbeitgeber präsentieren sich am 27. und 28. Oktober – erfahre hier, was du darüber hinaus erleben kannst.

Neben Karrieremöglichkeiten wird an den beiden Veranstaltungstagen auch Vielfalt der Vereinslandschaft sichtbar. Eine Vereinsausstellung, der Marketingverein Familienregion HOY e. V., die Kulturfabrik Hoyerswerda e. V. und die Tourismusinformation Hoyerswerda informieren über das vielfältige Drumherum zum Leben, Lieben und Lachen in Hoyerswerda und im Lausitzer Seenland.

Vor Ort präsentieren sich an diesem Wochenende zum Beispiel die sorbische Volkstanzgruppe aus Zeißig, das Jugendclubhaus „Ossi“ mit Street Dance und Hip-Hop, der Hoyerswerdaer Karnevalsclub mit Mitmachtänzen und der Sportclub des SC Hoyerswerda mit akrobatischen Aufführungen. Zudem lockt ein Vereins-Memo in XXL mit Gewinnen.

Gespräche mit dem Key-Speaker Henry Weiher oder politische Debatten mit dem Oberbürgermeister Hoyerswerdas, Torsten Ruban-Zeh, stehen ebenso auf dem Programm. Auch für die Ohren wird es etwas geben: So kannst du dich auf eine auditive Zeitreise begeben und entdecken, was Hoyerswerda zu bieten hat, hatte und haben wird! Zur #WHY!-Karrieremesse am 27. und 28.10. im Lausitz-Center bist du exklusiv bei der Premiere einer ersten MiniHÖRserie für Erwachsene und Kinder zum Podcast „That`s #WHY!“ dabei. Im Web erhältst du alle Infos, in dieser lauter-Ausgabe findest du außerdem einige Aussteller im Porträt.

#WHY!-Karrieremesse
27. & 28.10. | 10-16 Uhr
Lausitz-Center Hoyerswerda
familienregion-hoy.de/karrieremesse



WOHNUNG
GESUCHT?

(V, 80,00 kWh/(m²a), FW, BJ 1964)

**UNSER
NEU
MIETER
BONUS
FÜR** *Interessierte*

EINZIEHEN UND BIS
ZU 800 € ABKASSIEREN

ERSTE EIGENE BUDE

1-RAUMWOHNUNG MIT EINBAUKÜCHE

ca. 27,58 m² Wohnfläche * tapeziert * Küche/Bad mit Fenster
Bautzener Allee 87 * Hoyerswerda Neustadt



MIETE

165,- €

zzgl. Nebenkosten



Mehr Infos auf wh-hy.de

Mehr als „nur“ Pflege



Im Lausitzer Seenland Klinikum mitsamt Tochterfirmen kümmern sich über 1.000 Mitarbeitende um jährlich knapp 50.000 Patient:innen. Steig' als Azubi ein!



Karriere im
Seenland-Klinikum

Solange es Menschen gibt, wird es auch Krankheiten, Unfälle und Pflegebedarf geben – zudem steigt der Anteil an älteren Menschen in unserer Gesellschaft immer weiter an. Die Ausbildung zur Pflegefachkraft ist daher einer der zukunftssichersten Berufswege für junge Menschen. Als ausgezeichnete Arbeitgeberin in diesem Bereich sticht das Lausitzer Seenland Klinikum in Hoyerswerda hervor. Sie überzeugen nicht nur durch Jahrzehnte lange Erfahrung und Kompetenz in der Lehre, sondern auch durch coole Ideen, die die Ausbildung zu etwas Besonderem machen.

Ein Großteil der aktuellen dreijährigen Ausbildung zum/zur Pflegefachmann/-frau besteht aus theoretischer Wissensvermittlung in der hauseigenen Medizinischen Berufsfachschule, die sich in der Friedrich-Löffler-

Straße in Hoyerswerda befindet. Hinzu kommen Praxiseinsätze überwiegend im Klinikum, in denen die Schüler:innen von erfahrenen Praxisanleiter:innen und Mentor:innen betreut werden. Theorie und Praxis an einem Ort ist aber nur ein Vorteil der Pflegeausbildung am Lausitzer Seenland Klinikum.

Neben Benefits wie einer Bonuszahlung bei erfolgreichem Abschluss überzeugt die Schule mit tollen Projekten wie „Schüler leiten Schüler an“, der „Schülerstation“, Kinaesthetics-Kursen, Exkursionen und der Teilnahme am Erasmus-Programm. Hier ist die Pflegeausbildung eben sogar noch mehr, als kranken und älteren Menschen zu helfen. Alle Infos erhältst du per QR-Code-Scan im Bildbereich sowie unter:

sana.de/seenlandklinikum



Entdecke Jobs für Technik-Fans. Entdecke Leadec.

Du bist neugierig und Technik begeistert Dich?

Für unseren Standort in Hoyerswerda suchen wir:

- BA-Studenten Elektrotechnik Schwp. Automatisierungstechnik
- BA-Studenten Wirtschaftsinformatik
- Auszubildende Elektroniker für Automatisierungstechnik

Auszubildende

- Elektrokonstrukteure
- SPS-Programmierer
- Elektroniker für Automatisierungstechnik / Mechatroniker

Fachkräfte

Career Center

Frau Christin Gottschalk
jobs@leadec-services.com

Standort Hoyerswerda

Leadec Automation & Engineering GmbH
Konrad-Zuse-Str. 19 | 02977 Hoyerswerda



Braunkohle? Clean Code!

```
return kohle_menge

Code erstellen
f code_erstellen(kohle_menge):
    print("Codeerstellung:", kohle_menge, "Tonnen Kohle werden in Code umgewandelt")

Kohle durch Code ersetzen
f kohle_durch_code_ersetzen():
    kohle_menge = 3000
```

Deine Codezeilen für die Lausitz-Transformation.

Die Strukturentwicklung der Lausitz schafft Platz für neue Ideen. Einen tiefgreifenderen Wandel hat die Region noch nicht erlebt. Bei allen Projekten und Vorhaben, die auf der Landkarte erscheinen und teilweise schon anfassbar sind, gerät oftmals der Unterbau aus dem Scheinwerferlicht. Die Rede ist von intelligenten digitalen Infrastrukturen, in denen nicht nur heute große Potenziale ruhen, sondern die für eine Lausitz 2038 sogar unverzichtbar sein werden. Das Hoyerswerdaer Unternehmen buero digitale, berufliches Zuhause von 20 Mitarbeitern aus Deutschland, Polen, Ukraine und Litauen, hat diese Schiefelage als Chance für Innovationen erkannt. Es fungiert als Wegbereiter der digitalen Transformation für Unternehmen und für die öffentliche Verwaltung. Die digitale Wertschöpfung leistet aus Sicht von buero digitale einen direkten Beitrag für den Lausitzer Strukturwandel weg von der Braunkohle und kommt somit auch der Emis-

sionsfreiheit der Bundesrepublik Deutschland zugute.

Zu den Kunden der erfolgreichen Digitalprojekte zählen bundesweit Behörden, gemeinnützige Organisationen, Baugenossenschaften, Beratungs- und Industrieunternehmen und viele mehr. Als weitere Verstärkung sucht buero digitale:

- Digital Project Manager (m/w/d)
- Software Developer (m/w/d)
- Developer/Engineer Machine Learning (m/w/d)
- Sales Manager Public Sector (m/w/d)
- Developer FMS / Online-Services (m/w/d)
- Digital Experience Designer (m/w/d)

Was würdest du gern einmal digitalisieren? Komm' mit buero digitale ins Gespräch – zum Beispiel bei der Karrieremesse #WHY! am 27. und 28. Oktober im Lausitz-Center Hoyerswerda oder unter:

[buero-digitale.de](https://www.buero-digitale.de)

Ausbildung zum Menschenhelfer



*Angehende Physios
am Bischofswerdaer
Standort der BMS*

für Medizinal- und Sozialberufe (BMS) macht's möglich. Die BMS bereitet an ihren Standorten in Hoyerswerda und Bischofswerda Schulabgänger:innen wie dich auf krisensichere und ehrenhafte Berufe vor: von der Pflegefachkraft bis zum Physiotherapeuten ist alles dabei, was damit zu tun hat, Menschen helfen zu können. Darüber hinaus bietet die BMS diverse Fortbildungen an.

Dein Weg zur BMS

Steckt das Helfersyndrom auch in dir? Informiere dich bei der BMS über deinen Karriereweg:

Deine Wunschausbildung in deiner Nähe, ohne weit fahren zu müssen – die Bildungsstätte

www.bildung-bms.de



Bildungsstätte für Medizinal- und Sozialberufe gGmbH
Medizinische Berufsfachschule und Fachschule Hoyerswerda

02977 Hoyerswerda • F.-Löffler-Straße 24
01877 Bischofswerda • Neustädter Straße 12
Tel.: 03571 / 607040 • Fax: 03571 / 6070421
www.bms-hoyerswerda.de

BERUFE MIT ZUKUNFT

Ausbildungsbeginn 01.03. bzw. 01.09.2023

- Pflegefachmann*frau
- Ergotherapeut*in
- Heilerziehungspfleger*in
- Masseur*in und med. Bademeister*in
- Physiotherapeut*in
- Notfallsanitäter*in
- Erzieher*in

WEITERBILDUNGEN FÜR BESSERE BERUFSCHANCEN

- PDL
- Praxisanleiter
- Weiterbildung Rettungsassistenten/-in zum Notfallsanitäter/-in
- Heilpädagogische Zusatzqualifikation
- Arzneimittelkurs

Mehr als einfach nur Schule

Dein Herbsthor(r)oskop



Steinbock 22.12.- 20.1.

Du startest im Beruf ja völlig durch. Ja, der Steinbock ist in diesem Monat ein Arbeitstier. Da bleibt wenig Zeit zum Schlafen. Und wenn Du eine Beziehung hast, sind durchgemachte Nächte keine Seltenheit. Der Schlafentzug lässt Dich manchmal ganz schön aufgedreht sein. Bitte nicht mehr lange so weiter machen, weil sonst der Zahnriemen abspringt und Du unter einem Schwächeanfall leiden könntest. Gesundheitlich solltest Du auf der Hut sein, um nicht in kurzer Zeit mit grauen Haaren im Rollstuhl zu enden! Spirituell muss aber bei Dir noch mehr kommen. Vielleicht mal eine Karmaauflösung machen.



Wassermann 21.1.- 19.2.

Du bist manchmal zu ausgeflippt für Deine Umgebung. Du ernstest von konservativen Zeitgenossen nur Kopfschütteln. Bewahre Dir Deine Spontanität und knatter den Partner auch mal in der Umkleidekabine von Kik. Beruflich ist allerdings gerade nicht viel zu erwarten. Du kannst Dich voll auf Dein Hobby konzentrieren, solange der Partner Stehvermögen hat! Als Single könntest Du ein wenig traurig sein. Denn Mars und Bounty lassen Deine gefühlsbetonte Seite sprechen und

Deine energetische Dusche der Klarheit macht vielleicht einige Tropfen auf die Wange. Doch Mitte des Monats ist ein neuer Partner am Start!



Fische 20.2.- 20.3.

Die Fische sind in diesem Monat sehr gefühlsbetont. Ärger oder Streit kannst Du gar nicht gebrauchen. Wie ein trauriger Clown watschelst Du meist durch die Gegend. Das liegt an den wenigen Sonnenstrahlen und zu viel Sex. Ja, es rappelt ziemlich oft auf dem Kanapee. Dein Hormonhaushalt braucht eine Inventur. Du stehst voll im Bann von Neptun und der Meerjungfrau Ariel. Du brauchst Wurzelchakra zur Stärkung des Selbstwertes. Gesundheitlich sind die Zwillinge aber auf dem Dampfer, bis auf eine kleine Nierenverköhlung.



Widder 21.3.- 20.4.

Du solltest Dich endlich für einen Partner entscheiden und nicht wie eine Biene von einer Blüte zur anderen schwirren. Deine Ressourcen sind langsam aufgebraucht! Auch allein ist es mal schön im Urlaub. Gesundheitlich ist der Widder auch in Katerstimmung. Du solltest zur Stärkung Deines Immunsystems nicht mehr zwei Schachteln Zigaretten rauchen. Dabei

JOIN THE
YELLOW
FAMILY!

FRÄNKISCHE



KAUFMÄNNISCHE
AUSBILDUNG



TECHNISCHE
AUSBILDUNG



DUALES
STUDIUM

Bewirb dich online unter
[fraenkische.com/karriere](https://www.fraenkische.com/karriere)



Werde Azubi (m/w/d) als **Maschinen- und Anlagenführer,**

Kunststoff- und Kautschuktechnologie oder **Fachkraft für Lagerlogistik**

im Zweigwerk Schwarzheide ab September 2024.



Follow us

Dein Herbsthor(r)oskop

hilft Dir der Erzengel Jochen. Allerdings hast Du Glück im Spiel, denn der Mond und sein Trabant schwirren nebeneinander, wie Don Quijote und Sancho Panza.



Stier 21.4. - 21.5.

Ach du scheiße! Du bist ja von Traurigkeit erfüllt. Ja, im November bekommt der Stier einen Hänger. Als Mann solltest Du Austern oder Spargel essen! Als Frau ist für Dich ein Homevideo von Zac Efron und für die älteren Damen ein Film von Brad Pitt zu empfehlen. Der ist auch wieder frei. Denn Sex spielt sich zu 85 Prozent im Kopf ab. Der Rest ist Handwerk. Ansonsten hast Du noch eine Erkältung und 5 Kilo Übergewicht zu erwarten. Du bleibst aber optimistisch, da Jupiter und Alpha Centauri sich die gleiche Ellipse teilen und Deine Engelsenergie sehr stark ist. Auch wirst Du keine Geldsorgen haben, weil ein Erbe ansteht. „Ja traurig ist, muss einer sterben, lustig ist, kann man was erben“.



Zwillinge 22.5.-21.6.

Du musst mehr Feingefühl zeigen und öfters Deine sensiblen Fühler ausstrecken. Deine schroffe und plumpe Art macht Dich manchmal so unausstehlich, wie die Assis bei Frauen-

tausch. Es ist nicht gut wie eine Abrissbirne auf den Partner loszugehen, wenn der mal mit Anderen flirtet. Das hat nichts zu bedeuten, denn den Sex holt sie/er sich bei Dir. Die Zwillinge sind von Merkur und Merci beeinflusst. Diese Konstellation macht cholerisch! Mach doch mal Joga oder autogenes Training, um die Festplatte herunterzufahren! Die Erzengel Metatron und Megatron helfen Dir beim Herunterkommen, denn Du wirkst ziemlich Urlaubsreif. War aber auch ganz schön aufreibend in letzter Zeit.



Krebs 22.6- 22.7.

Du bist ja total fertig. Du solltest die Visumpflicht für Deinen Partner einführen, denn das ist ja nicht mehr feierlich, was bei Dir in der Kiste abläuft. Du arbeitest ja auf eine Querschnittslähmung hin! Also ruhiger angehen, auch wenn die Hormone was anders vorgaukeln! Im Beruf ist der Krebs etwas nachlässig und auch faul. Da musst Du mehr ran. Ich meine jetzt aber nicht Deinen Sex auf der Arbeit! Doch Uranus und Urmel flimmern wieder im Zeichen der Puffnatter. Das macht Dich in der nächsten Woche stärker und lässt Dich gesund bleiben, wie einen Auerochsen in der Balzzeit und Du bist mit guter Energie unterwegs.

DEINE AUSBILDUNG IN DER LAUSITZ

JOB-SPEED- DATING IN SPREMBERG



KEINE BEWERBUNG

**Komm zu uns.
Zeig uns, wer Du bist.**

Speeddating für einen Ausbildungsplatz?

Wir brechen mit herkömmlichen Bewerbungsprozessen und laden dich zum Kennenlernen in lockerer Atmosphäre ein.

Was du dafür brauchst?

Du brauchst nur deinen Lebenslauf.
Und wer weiß, vielleicht matcht es bei uns – ganz ohne Bewerbungsstress!

DEINE **AUSBILDUNG**
WARTET AUF DICH!

WWW.DU-BIST-SO-VIEL-MEHR.DE

Wir bieten dir eine Ausbildung
in den Bereichen:

Technik | Produktion | Verwaltung



**JETZT TERMIN
BUCHEN!**

DIREKT ZUR ANMELDUNG



Dein Herbsthor(r)oskop



Löwe 23.7.- 23.8.

Vorsicht mit Deinem Schlankheitswahn! Du willst doch nicht implodieren oder schlanker als eine Brechbohne werden. Auch das Saufen, wie bei einer Hangover-Party, solltest Du einschränken. Du bist ja nur noch ein Schatten Deines Selbst. Besonders jetzt im Winter brauchst Du Fetterserven und nicht nur am Hintern! In Sachen Liebe ist wieder Hochsaison. Da brennt der Iltis! Beeinflusst vom Neumond und vom Altmond bist Du sehr Gefühlsbetont. Da kann es schon mal passieren, dass Du bei Liebesfilmen heulst, wie ein Schlosshund mit einem gebrochenen Wedel. Erzengel Marianne und Michael kommen an Deine Seite, um Dir die Unruhe zu nehmen.



Jungfrau 24.8.- 23.9.

Du bist ein wenig unordentlich und vergisst öfters mal das Waschen. Wenn Du die Arme hebst, ist das wie eine örtliche Betäubung. Ja, die Jungfrau sollte öfters Wasser an Ihre Haut lassen und mit Deo experimentieren. Dann ist auch in Sachen Pimpfern wieder was drin. Für eine längere Beziehung fehlt Dir aber noch die Kondition. Deshalb brauchst Du Dir die Namen der nächsten Partner erst gar nicht merken!

Gesundheitlich bist Du aber voll drauf, wie ein Höhlenmensch auf Droge. Nur eine kleine Geschlechtskrankheit oder eine Warze am linken Fuß könntest Du dir holen, doch mit Deinem Stamm- und Ästechakra hast Du alles im Griff.



Waage 24.9.- 23.10.

Der Waage ist auch in der rauen Jahreszeit nicht kalt. Du bist wie ein Wirbelwind immer unterwegs. Du hast Energie wie ein Perpetuum Mobile und zappelst wie SpongeBob Schwammkopf mit dem Pfannenwender durch die Kulissen Deiner Umwelt. Seine Kraft schöpft die Waage aus dem Zusammenspiel zwischen Großen Wagen mit Anhänger und Pluto sowie durch eine göttliche Anbindung einer Engelsbotschaft mit Chakrareinigung. Ja, es ist ein Monat zum Bäume ausreißen und Kinder zeugen, oder beides! Nur finanziell sieht es bescheiden aus. Wird am Ende wieder eine Tütensuppenwoche!



Skorpion 24.10.- 22.11.

Der Skorpion ist ein November-Muffel. Du verkriechst Dich in Deiner Wohnung und konsumierst das schlechte Fernsehprogramm. Nur bei den einigen, wenigen Son-

nenstrahlen steckst Du Deine Nasenspitze aus dem Fenster. Bei so wenig Aktivitäten leidet besonders Dein zwischenmenschliches Karma. Die Milchstraße und der Alpha-Quadrant bringen dem Skorpion Phlegmatismus. Da können nur noch Ingwer und Ginseng helfen, denn auch in der Kiste erwartet Dich in diesem Monat nur sexuelles Brachland, ohne den Einsatz von stimulierenden Mittelchen. Besonders für Deinen Partner ist es eine Durststrecke mit Entbehrungen. Es gibt nur wenige Ausnahme-Skorpione, die naturgeil sind!



Schütze 23.11.- 21.12.

Der Schütze ist psychisch ein wenig labil. Du bildest Dir gern Krankheiten ein, die Du im Fernsehen siehst. Als Hypochonder ist dann schlecht mit Dir auszukommen. Da hilft nur sich in die Arbeit zu stürzen oder Sport zu machen. Das hilft sich abzulenken und es macht auch den Arsch kleiner! Ja, in der kalten Jahreszeit neigt der Schütze zu Übergewicht und Flatulenz. In Sachen Liebe ist auch noch kein Steppenbrand im Schlafzimmer in Sicht. Du solltest deshalb mal Dein Herzkakra aktivieren für die Liebe und die Beziehung.

BMW G 310 R Dynamic Roadster
DIE STADT HERAUSFORDERN



**BMW
MOTORRAD**

schon ab **98,00 €**
monatlicher Leasingrate*



Wernecke

Zossen · BMW Motorrad · Cottbus

BMW Motorrad Vertragshändler
Lamsfelder Str. 2, 03044 Cottbus
Tel.: 0355 - 49 449-0
www.bmw-wernecke.de

*Leasingbeispiel der BMW Bank GmbH
Anschaffungspreis: 5.565,02 €, Sollzinszahlung: 969,42 €
Laufleistung p.a.: 4.000 km, Laufzeit: 24 Monate
24 monatliche Gesamtleasingrate: 99,00 €
Gesamtpreis: 3.320,72 €, Restwert für privates Anlegungsvermögen: 3.650,76 €
EinzeldesVorkaufpreis: 313,00 € (24 MW) (34 P)
3,3 Liter Verbrauch auf 100 km bei VWTC, 143 km/h Höchstgeschwindigkeit



Di. 26.9

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

Junges Staatstheater -
Grundkurs Schauspiel
18:00 | Staatstheater
Cottbus (Probenzentrum)

Spreewald

#Bühne & Kultur

Dienstagskabarett - "Dann
isset halt so" 19:30 | Bunte
Bühne Lübbenau

Mi. 27.9

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

open.COLab.day.

- Come in and try out!

13:00 | COLab Cottbus
open.COLab.day. - Come in
and try out! Kopie
13:00 | COLab Cottbus
Fotosprechstunde

16:00 | COLab Cottbus

#Bühne & Kultur

Lesebühne

20:30 | BEBEL Cottbus

Mittlere Lausitz

#Bühne & Kultur

„Klänge der Lausitz“ -
Musikalisch Choreografische
Bilder einer Region 19:00 |
Kulturfabrik Hoyerswerda

Do. 28.9

Cottbus & Umland

#Märkte, Treffs & Feste

26. Lausitzer Herbstmarkt
(bis 2. Oktober) 10:00 |
Altmarkt Cottbus

#Bühne & Kultur

Bachelorkonzert - Felix
Fränkel 19:30 | BEBEL
Cottbus

Fr. 29.9

Mittlere Lausitz

#Märkte, Treffs & Feste

KRABAT-Markt 14:00 |
Marktplatz Hoyerswerda

#Dies & Jenes

Kneipenquiz Nummero

20 18:30 | Kulturfabrik
Hoyerswerda

Cottbus & Umland

#Sport & Freizeit

NIGHT FEVER Cottbus -

aktive Fitness-Event-Messe

17:00 | Glad-House - Jugend-
kulturzentrum Cottbus

#Party & Konzert

Live Musik Max Reuschel

21:00 | Der Käfig Cottbus

Außerhalb

#Bühne & Kultur

Nachtmusik aus´m Tagebau

- ein Gundermann-Backup

19:00 | Besucherbergwerk

F60 Lichterfeld

Spre-Neiße

#Party & Konzert

GENTLEMEN INTENSIV

19:00 | Schloss Milkersdorf
Kolkwitz

Spreewald

#Bühne & Kultur

Elvis, der King und ich -

musikalisches Selbstcasting

19:30 | Bunte Bühne

Lübbenau

Sa. 30.9

Außerhalb

#Party & Konzert

Family-Tattoo-Wochenende

14:00 | Manitu Forst

Cottbus & Umland

#Party & Konzert

15. Oktoberfest - Dirndl-

Gaudi-Wies´nspaß 18:00 |

"Alte Chemiefabrik" Cottbus

Hundert11 Jahre Astmatica

18:00 | Muggefug e.V. CB



SCAN ME!

... für wöchentliche Event-Tipps und mehr
auf unserer Instagram-Seite!

Tanz-Party 20:00 | Gaststätte Alt Ströbitz Cottbus
Konfetti Eskalation w. HouseKasper

23:00 | Sound Cottbus

#Bühne & Kultur

Musiktheater - Märchen

im Grand-Hotel 19:30 |

Staatstheater Cottbus

(Großes Haus)

Das Kraftwerk - eine Cottbuser Geschichte über Kohle, Wasser und die Ewigkeit

19:30 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

#Sport & Freizeit

Salsa Club - mit Tanzanleitung

20:00 | BEBEL Cottbus

Spre-Neiße

#Party & Konzert

SCHLOSSNACHT INTENSIV

19:00 | Schloss Milkersdorf

Kolkwitz

Mittlere Lausitz

#Party & Konzert

Bywater Call - Blues &

Southern Soul 20:00 | Real

Music Club Lauchhammer

XXL RE-OPENING PARTY

22:00 | Eventlocation "Block

D" Hoyerswerda

#Bühne & Kultur

MISS ROCKESTER - Pop-

Poesie 20:00 | Kulturfabrik

Hoyerswerda

Spreewald

#Bühne & Kultur

„Klänge der Lausitz“ -

Musikalisch Choreografische

Bilder einer Region

20:00 | GLEIS 3 Kulturzentrum

Lübbenau

So. 1.10

Cottbus & Umland

#Sport & Freizeit

49. Cottbuser Oktoberlauf

10:00 | Leichtathletikstadion

Sportzentrum Cottbus

#Party & Konzert

The Bois Are Back In Town -

The Bois & Parnepar

18:00 | CHEKOV Cottbus

Außerhalb

#Party & Konzert

Family-Tattoo-Wochenende

10:00 | Manitu Forst

Fantasy - Die große LIVE

Show 2023 16:00 | Lausitz-

halle Hoyerswerda

Spreewald

#Bühne & Kultur

Dreyerpack - Kabarett trifft

freche Lieder 16:00 | Bunte

Bühne Lübbenau

Mo. 2.10

Cottbus & Umland

#Party & Konzert

COTTBUS ERSTE TEENIEPAR-

TY 16:00 | Sound Cottbus

BREAK THE RULES - COTT-

BUS auf 3 Floors 22:00 |

Sound Cottbus

#Workshops & Seminare

Laserworkshop: Verpackung

& Labeling für Gründer:innen

18:00 | COLab Cottbus

Spre-Neiße

#Party & Konzert

„Ü 40 - Party“ Nur für Er-

wachsene 18:00 | Volkshaus

Guben

Mi. 4.10

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

open.COLab.day. - Come in

and try out! 13:00 | COLab

Cottbus

Fotosprechstunde

16:00 | COLab Cottbus

Spreewald

#Dies & Jenes

Cocktailabend 17:00 | Spree-

wald Schenke Lübbenau

Do. 5.10

Spreewald

#Dies & Jenes

Burgerabend 17:00 | Spree-

wald Schenke Lübbenau

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

CAD-Workshop: 3D-

Modellierung mit Autodesk

Fusion 360 17:00 | COLab

Cottbus

Fr. 6.10

Spreewald

#Dies & Jenes

Burgerabend 17:00 | Spree-

wald Schenke Lübbenau

#Bühne & Kultur

Kabarett - Schützt die

schwachen Männer 19:30 |

Bunte Bühne Lübbenau

#Party & Konzert

Oktoberfest - 3 Tage Hütten-

gaudi pur 20:00 | Stradower

Teiche Vetschau

Cottbus & Umland

#Party & Konzert

Die Prinzen - Jubiläumskon-

zert 30 Jahre - 30 Hits

20:00 | Stadthalle Cottbus

Metal Over Muggeflug:
Razorrape (swe) + Bowel
Evacuation + Morbus Do-
minus 21:00 | Muggeflug e.V.
Cottbus

Sa. 7.10

Cottbus & Umland

#Party & Konzert
Erntepunkfest - Die Revan-
che des Spektakels!
17:00 | CHEKOV Cottbus
Münchner Freiheit - Konzert
20:00 | Stadthalle Cottbus

#Workshops & Seminare
Nacht der kreativen Köpfe
18:00 | Cottbus

#Bühne & Kultur
Musiktheater - Märchen im
Grand-Hotel
19:30 | Staatstheater Cottbus
(Großes Haus)

Spree-Neiße

#Party & Konzert
2-Takt-Meeting 6.0 19:00 |
Kartbahn Löschen Drebkau
SCHLOSSNACHT DELUXE
19:00 | Schloss Milkersdorf
Kolkwitz

Außerhalb

#Party & Konzert
Heldmaschine - Flächen-
brand Tour 20:00 | Manitu
Forst

Mittlere Lausitz

#Party & Konzert
19 Years Bau122 /w Vanessa
Sukowski 20:00 | Bau122
Massen

#Bühne & Kultur
SANDOW - Avantgarde-
Band 20:00 | Kulturfabrik
Hoyerswerda

**LIVE-KONZERT: PAULA &
KAROL 21:00 | Hafenstube
Weißwasser**

So. 8.10

Cottbus & Umland

#Bühne & Kultur
Konzert Duo ZaZa 16:00 |
Kirche St. Maria Friedenskö-
nigin Cottbus
Musiktheater - Märchen
im Grand-Hotel 19:00
| Staatstheater Cottbus
(Großes Haus)

Spreewald

#Bühne & Kultur
Chapeau-Comedy-Show
16:00 | Bunte Bühne
Lübbenau

Di. 10.10

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
Laserworkshop: Verpackung
& Labeling für Gründer:innen
17:00 | COLab Cottbus
Junges Staatstheater -
Grundkurs Schauspiel
18:00 | Staatstheater Cott-
bus (Probenzentrum)

Mi. 11.10

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
open.COLab.day. - Come in
and try out! 13:00 | COLab
Cottbus
Fotosprechstunde
16:00 | COLab Cottbus
#Party & Konzert
Feierabend Disco
15:30 | Glad-House - Jugend-
kulturzentrum Cottbus

**Afterwork Party - free shots
- DJ 21:00 | Der Käfig Cottbus
Spree-Neiße**

#Bühne & Kultur
Trommelabend der Musik-
schule live 18:00 | Volkshaus
Guben

Do. 12.10

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
Online-Veranstaltung:
Moodle II - Aufbau-Schulung
15:00 | BTU Cottbus-
Senftenberg
Textilworkshop: Trick or
Treat Beutel & Deko für
Halloween 17:00 | COLab
Cottbus

#Bühne & Kultur
Bodo Wartke: Wandelmut -
Comedy 20:00 | Stadthalle
Cottbus

Außerhalb

#Bühne & Kultur
DER TOD - „Gevatter
Unser“ 20:00 | Lausitzhalle
Hoyerswerda

Fr. 13.10

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
10. Workshop des
Arbeitskreises Landschafts-
forschung 10:00 | BTU
Cottbus-Senftenberg
#Party & Konzert
Oktoberfest XXL - Liveband
nAund 18:00 | Strandprome-
nade & Almhütte Cottbus
Jethro Tull - Progressive
Rock 20:00 | Stadthalle
Cottbus

In The Woods - Autumn Tour 2023 20:00 | Glad-House - Jugendkulturzentrum Cottbus
Tour For Satan 2023 / DOPELORD, PRAISE THE PLAGUE & MOBY DIG 20:00 | Muggfug e.V. CB

Spree-Neiße

#Bühne & Kultur
Die Grosse Lachparade mit Frau Wäber 16:30 | Volkshaus Guben

Außerhalb

#Märkte, Treffs & Feste
Horrornächte 2023 18:30 | Filmpark Babelsberg

#Party & Konzert
Forever Queen - The Ultimate Tribute 20:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Sa. 14.10

Mittlere Lausitz

#Workshops & Seminare
2. Glückskongress 09:30 | Hafenstube Weißwasser

#Party & Konzert
The Last Deal - BlueFunk 20:00 | Real Music Club Lauchhammer

#Bühne & Kultur
Kabarett: Michael Frowin 20:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda

Cottbus & Umland

#Party & Konzert
Oktoberfest XXL - Partyband Biba & die Butzemänner 18:00 | Strandpromenade & Almhütte Cottbus
SMOKIE- The Legacy Tour 2023 20:00 | Stadthalle Cottbus

Mäx Party auf 2 Floors mit Original DJ's von Damals 20:00 | "Alte Chemiefabrik" Cottbus

Rock am Block 2023 20:00 | Kulturzentrum Bunte Welt Cottbus

#Bühne & Kultur
Corpus Delicti - ein Zukunftsthiller für ein junges Publikum ab 14 Jahren 19:00 | Piccolo-Theater Cottbus
Das Kraftwerk - eine Cottbuser Geschichte über Kohle, Wasser und die Ewigkeit 19:30 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

Außerhalb

#Märkte, Treffs & Feste
Horrornächte 2023 18:30 | Filmpark Babelsberg

#Bühne & Kultur
Jazzkonzert 19:30 | Lausitzhalle Hoyerswerda
#Party & Konzert
WESTBAM Live 22:00 | Wandelhof Schwarzheide

Spree-Neiße

#Party & Konzert
ROYAL DANCE 19:00 | Schloss Milkersdorf Kolkwitz

Spreewald

#Party & Konzert
Wir sind die Nacht! 22:00 | Club Bellevue Lübben

Di. 17.10

Cottbus & Umland

#Bühne & Kultur
Corpus Delicti - ein Zukunftsthiller für ein junges Publikum ab 14 Jahren 10:00 | Piccolo-Theater Cottbus
Corpus Delicti - ein Zukunftsthiller für ein junges Publikum ab 14 Jahren 19:00 | Piccolo-Theater Cottbus

www.TESLA-PROJECT.com
präsentiert

ROCK
am Block

demere le miroir

Average SWISS

THE ULTIMATE DREAMERS

14.10.2023
20:00 UHR

TESLA PARTY

KULTURZENTRUM - BUNTE WELT
Thierbacher Straße 21 - 03048 Cottbus

Spreewald

#Bühne & Kultur

Musical Comedy - Bla Bla Land 19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Mi. 18.10

Cottbus & Umland

#Bühne & Kultur

Corpus Delicti - ein Zukunftsthiller für ein junges Publikum ab 14 Jahren 10:00 | Piccolo-Theater Cottbus

#Workshops & Seminare

open.COLab.day. - Come in and try out! 13:00 | COLab Cottbus
Fotosprechstunde 16:00 | COLab Cottbus

Do. 19.10

Mittlere Lausitz

#Workshops & Seminare

Kontrovers vor Ort: Lass uns gemeinsam die Krisen bewältigen 19:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda

Cottbus & Umland

#Party & Konzert

Keimzeit - Von Singapur nach Feuerland 19:30 | Bunter Bahnhof Cottbus

Fr. 20.10

Außerhalb

#Märkte, Treffs & Feste

Horrornächte 2023 18:30 | Filmpark Babelsberg

Spreewald

#Workshops & Seminare

Sri Lanka - mit dem Fahrrad durch ein Paradies 19:30 | Bunte Bühne Lübbenau

Cottbus & Umland

#Party & Konzert

Obscurity + Saxorior + Alvenrad 20:00 | Muggefug e.V. Cottbus

Jaya The Cat - support:

Piñata Protest 20:00 | Glad-House - Jugendkulturzentrum Cottbus

Kymatik x Adroit 22:00 | Bunter Bahnhof Cottbus

Mittlere Lausitz

#Party & Konzert

Dead Man's Hand - Acoustic - Irish Folk 20:00 | Speicher No. 1 Hoyerswerda

Sa. 21.10

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

Fotoworkshop:Lightpainting für Anfänger 15:00 | COLab Cottbus

#Party & Konzert

Letz-Zep - „Zeppelin`s Resurrection – Greatest Hits“ 20:00 | Glad-House - Jugendkulturzentrum Cottbus

Spreewald

#Dies & Jenes

Karaoke 17:00 | Spreewald Schenke Lübbenau

Außerhalb

#Märkte, Treffs & Feste

Horrornächte 2023 18:30 | Filmpark Babelsberg

#Bühne & Kultur

Lisa Eckhart - Kaiserin Stasi die Erste 19:30 | Lausitzhalle Hoyerswerda

#Party & Konzert

RMC tribute to RAMMSTEIN 20:00 | Manitu Forst

Mittlere Lausitz

#Party & Konzert

Dead Man's Hand - Acoustic - Irish Folk 20:00 | Speicher No. 1 Hoyerswerda

So. 22.10

Außerhalb

#Workshops & Seminare

Dia-Show - Die Magie des Nordens 15:00 | Lausitzhalle Hoyerswerda

Mittlere Lausitz

#Workshops & Seminare

Reisebericht: Georgien 16:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda

Di. 24.10

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

Junges Staatstheater - Grundkurs Schauspiel 18:00 | Staatstheater Cottbus (Probenzentrum)

Mi. 25.10

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

open.COLab.day. - Come in and try out! 13:00 | COLab Cottbus

Fotosprechstunde

16:00 | COLab Cottbus

Spreewald

#Dies & Jenes

Cocktailabend 17:00 | Spreewald Schenke Lübbenau

Außerhalb

#Bühne & Kultur

nB PoetrySlam 20:00 | neue Bühne Senftenberg

Do. 26.10

Spreewald

#Dies & Jenes

Bürgerabend 17:00 | Spreewald Schenke Lübbenau

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

Workshop: 3D-Druck

Halloween-Special

17:00 | COLab Cottbus

#Bühne & Kultur

Das Kraftwerk - eine Cottbuser Geschichte über Kohle, Wasser und die Ewigkeit
19:30 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

Fr. 27.10

Mittlere Lausitz

#Tagung & Messe

#WHY! Karrieremesse 10:00

| Lausitz-Center Hoyerswerda
Cottbus & Umland

#Party & Konzert

Schlager & Spaß mit Andy Borg & Freunden 16:00 | Stadthalle Cottbus

Spreewald

#Dies & Jenes

Bürgerabend 17:00 | Spreewald Schenke Lübbenau

Außerhalb

#Märkte, Treffs & Feste

Horrornächte 2023

18:30 | Filmpark Babelsberg

#Bühne & Kultur

Cabaret - Musical von Joe Masteroff 19:30 | neue Bühne Senftenberg

Spree-Neiße

#Party & Konzert

GENTLEMEN CLUB 19:00 | Schloss Milkersdorf Kolkwitz

Sa. 28.10

Mittlere Lausitz

#Tagung & Messe

#WHY! Karrieremesse 10:00 | Lausitz-Center Hoyerswerda

#Bühne & Kultur

Ausbilder Schmidt - „Morgen ihr Luschen, Luschiene und Lurche!“ 20:00 | Speicher No. 1 Hoyerswerda

Apfeltraum - Gedenken an Peter `Cäsar` Gläser 20:00 | Kulturfabrik Hoyerswerda

#Party & Konzert

GreatNight Beats - HALLOWEEN ON 2 FLOORS 22:00 | Hafenstube Weißwasser

Spreewald

#Dies & Jenes

Karaoke 17:00 | Spreewald Schenke Lübbenau

#Märkte, Treffs & Feste

21. Lübbenauer Musiknacht 19:00 | Markt Lübbenau

Außerhalb

#Märkte, Treffs & Feste

Horrornächte 2023

18:30 | Filmpark Babelsberg

#Bühne & Kultur

Cabaret - Musical von Joe Masteroff 19:30 | neue Bühne Senftenberg

#Party & Konzert

Randy Hansen & Band 20:00 | Manitu Forst



WIR SUCHEN DICH FÜR:

- ein Duales Studium Steuern, Prüfungswesen, Consulting (m/w/d)
- eine Ausbildung zum/zur Steuerfachangestellten (m/w/d)

Wir sind modern, digital und flexibel.

www.boche.de



Boche & Kollegen
Steuerberater PartGmbH

VENGA VENGA - Deutschlands größte 90er&2000er Partyreihe 21:00 | BSG Pneumant Fürstenwalde e.V.

Cottbus & Umland

#Party & Konzert

KARAT 20:00 | Stadthalle Cottbus

#Bühne & Kultur

ANDRÉ HERRMANN 20:00 | "Alte Chemiefabrik" Cottbus
Spree-Neiße

#Märkte, Treffs & Feste

Drachhausener Trachtenkirmes 20:00 | Drachhausen

So. 29.10

Spree-Neiße

#Party & Konzert

Krähe (Solo) - Kultursonntag 15:00 | Bismarckturm Spremberg

Cottbus & Umland

#Bühne & Kultur

Paul Panzer: "Apokalypse" 18:00 | Stadthalle Cottbus

Außerhalb

#Bühne & Kultur

Cabaret - Musical von Joe Masteroff 18:30 | neue Bühne Senftenberg

Mittlere Lausitz

#Bühne & Kultur

Ausbilder Schmidt - „Morgen ihr Luschen, Luschienen und Lurche!“ 19:00 | Speicher No. 1 Hoyerswerda

Mo. 30.10

Cottbus & Umland

#Party & Konzert

The Heroine Whores and TV Moms 20:00 | CHEKOV Cottbus

COTTBUS`S GRÖßTE HALLOWEEN PARTY 22:00 | Sound Cottbus

Außerhalb

#Party & Konzert

XXL HALLOWEENPARTY 22:00 | Wandelhof Schwarzhede

Di. 31.10

Spreewald

#Party & Konzert

Halloweenparty 17:00 | Spreewald Schenke Lübbenau

Mi. 1.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

open.COLab.day. – Come in and try out! 13:00 | COLab Cottbus

Fotosprechstunde 16:00 | COLab Cottbus

Do. 2.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

CAD-Workshop: 3D-Modellierung mit Autodesk Fusion 360 17:00 | COLab Cottbus

#Bühne & Kultur

Jukebox 19:30 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)
Martin Rütter: Der will doch nur spielen 20:00 | Stadthalle Cottbus

Fr. 3.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare

Textilworkshop: DIY Adventskalender 17:00 | COLab

Cottbus

#Bühne & Kultur

Jukebox 19:30 | Staatstheater Cottbus (Kammerbühne)

Madeline Juno - Acoustic

Tour 2023 20:00 | Glad-House - Jugendkulturzentrum Cottbus

#Party & Konzert

Metal over Muggefug: Dragony + Evilcult + Grave-dancer 20:00 | Muggefug e.V. Cottbus

Außerhalb

#Märkte, Treffs & Feste

Horrornächte 2023 18:30 | Filmpark Babelsberg

Sa. 4.11

Außerhalb

#Märkte, Treffs & Feste

Horrornächte 2023 18:30 | Filmpark Babelsberg

Spree-Neiße

#Party & Konzert

SCHLOSSNACHT DELUXE 19:00 | Schloss Milkersdorf Kolkwitz

Punishable Act - Last Visions - Contact Zone 20:00 | Erebus e.V. Spremberg

Cottbus & Umland

#Party & Konzert

KUULT - Riesig stark - Tour 2023 19:45 | Glad-House - Jugendkulturzentrum Cottbus
Ute Freudenberg - 50 Jahre live 20:00 | Stadthalle Cottbus

Mittlere Lausitz

#Party & Konzert

AC/DC Night mit Apparent Power 20:00 | Real Music Club Lauchhammer

Tiefer Bass /w Tiefundton
- Martin Books 20:00 |
Bau122 Massen
SEXY NIGHTS Halloween
Edition 22:00 | Lausitz-
Center Hoyerswerda
#Bühne & Kultur
Matthias Schwengler
Quartett - Jazz 20:00 |
Kulturfabrik Hoyerswerda

Spreewald

#Party & Konzert
I AM Alfred Heinrichs! 22:00
| Club Bellevue Lübben

So. 5.11

Cottbus & Umland

#Bühne & Kultur
Uwe Steimle: Mit Geduld
und Spucke 18:00 | Stadthal-
le Cottbus

Mo. 6.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
DURCHSTARTEN.2023
- Workshopwoche & FÜS-
Modul 09:00 | COLab CB

Di. 7.11

Cottbus & Umland

#Film & Kino
33. FilmFestival Cottbus
14:00 | Cottbus

Mi. 8.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
open.COLab.day. - Come in
and try out! 13:00 | COLab
Cottbus
Fotosprechstunde
16:00 | COLab Cottbus

#Film & Kino
33. FilmFestival Cottbus
14:00 | Cottbus
#Party & Konzert
Afterwork Party - free shots
- DJ 21:00 | Der Käfig Cottbus

Do. 9.11

Cottbus & Umland

#Tagung & Messe
Strukturwandel in den
Braunkohlerevieren: Pers-
pektiven aus Wissenschaft
und Praxis drei Jahre
nach dem Beschluss zum
Kohleausstieg 10:00 | BTU
Cottbus-Senftenberg
#Film & Kino
33. FilmFestival Cottbus
14:00 | Cottbus

Fr. 10.11

Cottbus & Umland

#Tagung & Messe
Strukturwandel in den
Braunkohlerevieren: Pers-
pektiven aus Wissenschaft
und Praxis drei Jahre
nach dem Beschluss zum
Kohleausstieg 10:00 | BTU
Cottbus-Senftenberg
#Film & Kino
33. FilmFestival Cottbus
14:00 | Cottbus
#Party & Konzert
NAVOCANE / NESAIA /
HILLSIDE 20:00 |
Muggefug e.V. Cottbus
DIE GEBRÜDER BRETT
23:00 | Sound Cottbus

Außerhalb

#Party & Konzert
Gestört aber Geil & Friends
21:00 | BSG Pneumant
Fürstenwalde e.V.

Sa. 11.11

Cottbus & Umland

#Film & Kino
33. FilmFestival Cottbus
14:00 | Cottbus
#Party & Konzert
Après-Ski trifft Karneval!
18:00 | Strandpromenade &
Almhütte Cottbus
Two Bands - One Night
(Leaving Pluto & Carniva-
lesque) 20:00 | Muggefug
e.V. Cottbus
Kymatik Goes Chekov III
22:00 | CHEKOV Cottbus

Außerhalb

#Party & Konzert
Vanja Sky & Band
20:00 | Manitu Forst

So. 12.11

Cottbus & Umland

#Film & Kino
33. FilmFestival Cottbus
14:00 | Cottbus
#Party & Konzert
Polizeiruf 110 - Public
Viewing 21:00 |
Der Käfig Cottbus

Mo. 13.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
Gründungswoche: Verpa-
ckung und Labeling für
Gründer:innen 17:00 |
COLab Cottbus

Mi. 15.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
open.COLab.day. – Come in
and try out! 13:00 | COLab
Cottbus

Fotosprechstunde
16:00 | COLab Cottbus

#Party & Konzert
Feierabend Disco 15:30 |
Glad-House - Jugendkultur-
zentrum Cottbus

Do. 16.11

Außerhalb

#Party & Konzert
DIE AMIGOS & Daniela
Alfinito 16:00 | Lausitzhalle
Hoyerswerda

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
Gründungswoche: Workshop
Prototyping mit 3D-Druck
17:00 | COLab Cottbus

#Bühne & Kultur
Tatortreiniger Thomas Kundt
- Was am Ende bleibt - Tour
2023 20:00 | Stadthalle
Cottbus

Fr. 17.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
Gründungswoche: Produkt-
fotografie für Gründer:innen
17:00 | COLab Cottbus

#Party & Konzert
Livemusik mit GehROCK
21:30 | Comicaze Cottbus

Außerhalb

#Bühne & Kultur
Ute Freudenberg - 50 Jahre
live 20:00 | Lausitzhalle
Hoyerswerda

Sa. 18.11

Cottbus & Umland

#Tagung & Messe
Interaktive Berufsorientie-
rungsbörse iBOB 15:00 |
Stadthalle Cottbus

Mittlere Lausitz

#Bühne & Kultur
Kabarett & Comedy: LUTZ
VON ROSENBERG LIPINSKY
20:00 | Kulturfabrik Hoy-
erswerda

So. 19.11

Mittlere Lausitz

#Workshops & Seminare
Live-Dia-Show: „Griechen-
land - den Göttern ein Stück
näher“ 16:00 | Kulturfabrik
Hoyerswerda

Mi. 22.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
open.COLab.day. – Come in
and try out! 13:00 | COLab
Cottbus

Fotosprechstunde
16:00 | COLab Cottbus

Fr. 24.11

Cottbus & Umland

#Bühne & Kultur
Das Kraftwerk - eine Cottbu-
ser Geschichte über Kohle,
Wasser und die Ewigkeit
19:30 | Staatstheater Cottbus
(Kammerbühne)

Musiktheater - Märchen
im Grand-Hotel 19:30 |
Staatstheater Cottbus

#Party & Konzert
Wellenbrecher Party 21:00 |
Der Käfig Cottbus

Mittlere Lausitz

#Bühne & Kultur
26.Liederfest HOYSCHRECKE
2023 20:00 | Kulturfabrik
Hoyerswerda

Sa. 25.11

Linda Feller - Bald kommt
die Weihnacht 20:00 | Spei-
cher No. 1 Hoyerswerda

Außerhalb

#Party & Konzert
Oldie-Disco Ü30
20:00 | Manitu Forst
Cottbus & Umland

#Party & Konzert
Wellenbrecher Party
21:00 | Der Käfig Cottbus

Mi. 29.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
open.COLab.day.
– Come in and try out!
13:00 | COLab Cottbus
Fotosprechstunde 16:00 |
COLab Cottbus

Do. 30.11

Cottbus & Umland

#Workshops & Seminare
Einführung in den 3D-Druck
17:00 | COLab Cottbus
#Party & Konzert
VNV Nation + Special Guest
19:15 | Stadthalle Cottbus

Sa. 2.12

Cottbus & Umland

#Party & Konzert
PAUL POTTS & Friends 19:30
| Stadthalle Cottbus
Paranoia 22:00 | Bunter
Bahnhof Cottbus

**2.500 EURO
WECHSELPRÄMIE**
für Bewerber mit Berufserfahrung



Neustart?

Mediaberater/in gesucht

- › Homeoffice und/oder 4-Tage-Woche möglich
- › überdurchschnittliches Fixgehalt, hohe Provisionssätze
- › unbefristet Teil eines Familienbetriebs sein ...

Wir publizieren in der Lausitz neben diesem Jugendmagazin diverse Magazine und Zielgruppenportale, betreuen und entwickeln im Medienverbund Apps und digitale Branchen-Lösungen, veranstalten Messen und mehr, sind Lausitz-Fans, in vielen Netzwerken für unsere Region engagiert, heimatverbunden und familienorientiert. Wir wollen weiter nach den Sternen greifen, in der Rakete ist noch Platz.

Bewerbungen um einen Sitz am Fenster an:
info@zweihelden.de

DEIN THEMA IST AUCH UNSER THEMA!

Was beschäftigt und interessiert dich? Worüber würdest du gern
im lauter-Magazin lesen? Möchtest du uns Feedback geben?
Nimm Kontakt mit uns auf und gib uns deine Vorschläge für
Themen und Verbesserungen:

Mail: redaktion@lauter.de
Facebook/Instagram: @lauter.de
Web: www.lauter.de

Impressum

Herausgeber:



zwei helden GmbH

Agentur für Kommunikation und Erlebnisse


Geschäftsführer: Dipl.-Kfm. Jens Taschenberger
Görlitzer Str. 17-18 | 03046 Cottbus
Tel. 0355/2892520 | www.zweihelden.de
Amtsgericht Cottbus HRB 8296

Redaktion: Jens Taschenberger V.i.S.d.P.,
Jonas Köhler (Projektleitung),
joko@zweihelden.de,
Amadeo Löder, ama@zweihelden.de
Mario Lehmann (Horroskop),
E-Mail: redaktion@lauter.de
Termin-Einträge: termine@lauter.de

Marketing & Anzeigen:

Jonas Köhler, joko@zweihelden.de,
Stephan Heckenthaler: sh@zweihelden.de

Layout & Satz:

 Büro68 Cottbus, www.buero68.de
info@buero68.de

Fotos: istockphoto, freepik, Pressebereiche di-
verser Populärmedien und Künstleragenturen
sowie eigene Fotografien

Fotoseiten: Tino Schulz, SoundgemeindeOst
Partypicture, Forster Hof, Sven Furkert,
mazingofphotography

Auflage: 7.000 Exemplare

Verteilungsgebiet: Cottbus, Forst, Spremberg,
Guben, Lübben, Lübbenau, Senftenberg,
Finsterwalde, Hoyerswerda

Verteilung über: „Flyerva.tyler“ Cottbus sowie
hauseigener Vertrieb und Auslage auf Veran-
staltungen.

Druck: Printhaus Żary

lauter.de erscheint 4x im Jahr kostenlos.

Nachdruck, Vervielfältigung auch auszugsweise
nur mit schriftlicher Genehmigung! Druckfehler
und Irrtümer vorbehalten.

S. 138 Termine

Nächster Anzeigenschluss: 27.11. / Release: 11. bis 15.12.



FREDDY FRESH

WIR SUCHEN DICH!

Unser Freddy-Team sucht Verstärkung
in den Bereichen Herstellung und Auslieferung.
(Vollzeit / Teilzeit / Nebenjob)

Wir bieten Dir eine faire Bezahlung, flexible
Arbeitszeiten, super Perspektiven - bis zur eigenen Filiale
und ein tolles, junges und dynamisches Team.



Alle Infos gibt es in Deiner Filiale oder unter:

WWW.FREDDY-FRESH.DE/JOBS

HALLOWEEN

PARTY



SCANDALE

Bunter Bahnhof



MEDUSA-FLOOR:

80S / 90S / 00S / 10S

TINITUSSI

KATE KAPUTTO

NYX-FLOOR:

TECHNO / TRANCE

FATIMJA

LILLY'S HEARTBREAK

MIMI

TRIP ADVISOR

30.10.2023

22.00 UHR



VORVERKAUF: 10€

GRUPPE: 40€

ABENDKASSE: 15€

GÜTERZUFUHRSTRASSE 8, 03046 COTTBUS