Mentale Momente

„Leben im Hier und Jetzt“

Leben Sie eigentlich in der Gegenwart – im Hier und Jetzt? Gelingt es Ihnen nun öfter den Augenblick zu genießen? Dann sind Sie auf dem richtigen Weg! Leider quälen sich noch viele Menschen mit Problemen aus der Vergangenheit, die sie nicht mehr ändern können. Oder sie denken angstvoll über die Zukunft nach, über eventuelle Ereignisse, die vielleicht geschehen könnten.
96 % dieser „erdachten“ Ereignisse treten nicht ein. Bringen oftmals viel Aufregung vorher – für rein gar nichts. Lernen Sie nur noch in der Gegenwart zu leben! Lassen Sie vergangene Geschehnisse einfach los! Denken Sie nie wieder darüber nach! Nur in der Gegenwart können Sie Ihr Leben verändern. Jeder neue Tag, ja sogar jeder Augenblick gibt Ihnen dafür eine neue Chance. Nutzen Sie diese Chance!
Tun Sie jetzt und heute einfach Dinge, die Sie längst schon tun wollten. Schieben Sie diese nicht mehr auf die lange Bank.
Vielleicht benötigt die Oma gerade heute Ihre Hilfe – möchte Ihr Kind mit Ihnen spielen – wartet ein Freund/eine Freundin schon lange auf Ihren Anruf – wollten Sie Ihrer Frau mehr im Haushalt helfen – möchten Sie mit Ihrem Mann eine schöne Reise planen . . .
Egal, wie Sie sich auch entscheiden mögen, denken Sie daran:
Das Leben findet jetzt in diesem Augenblick statt.

Gold und Silber für Meeraner Spirituosen

Mit einem goldenen und zwei silbernen DLG-Preisen hat die Deutsche Landwirtschafts-Gesellschaft DLG die Meeraner Spirituosen- und Weinkellerei für die hervorragende Qualität ausgezeichnet. Gold bekam der Meeraner Bergland Kräuter-Likör, mit Silber wurden der Meeraner Mocca-Edel und der Meeraner Grün-Weiß, ein Pfefferminz-Likör, dekoriert.
Die Auszeichnungen dokumentieren nicht nur die Qualität des einzelnen Produktes, sondern honorieren auch das unternehmerische Qualitätsstreben im gesamten Sortiment, so die DLG. Am 31. Internationalen DLG-Qualitätswettbewerb für Spirituosen nahmen 221 Produkte aus 61 Unternehmen und fünf europäischen Nationen teil. Neben chemischen und physikalischen Analysen wurden die Produkte einer sensorischen Experten-Prüfung sowie einer Deklarationskontrolle unterzogen. Das DLG-Gütezeichen in Bronze, Silber oder Gold erhalten dabei nur Produkte, die die strengen Qualitätskriterien in besonderem Maße erfüllen. ■

Bestattungsdienste
KINZEL-NÜRNBERGER GmbH
Meerane - Glauchau - Waldenburg

Meerane
Heinrichstraße 17
☎ (0 37 64) 20 50
durchgehend dienstbereit

Glauchau
Nicolaistraße 6
☎ (0 37 63) 28 80
Montag bis Freitag 8 bis 18 Uhr

Waldenburg
Gärtnereiweg 1
☎ (03 76 08) 1 65 52
Montag bis Freitag 9 bis 12 Uhr 13 bis 16 Uhr

IM BUNDESVERBAND DES DEUTSCHEN BESTATTUNGSGEWERBES E.V.
BESTATTUNGS-UNTERNEHMEN

Als fachgeprüfter Bestattungsbetrieb mit über 50-jähriger Erfahrung betreuen und beraten wir Sie fachgerecht und umfangreich in allen Bestattungsangelegenheiten.

Alle Anschlüsse sind rund um die Uhr besetzt.

Physiotherapiepraxen setzen neue Maßstäbe

Die Physiotherapiepraxen von Christel Sonnenberg in Meerane und Claudia Schmidt in Glauchau sind zwei der ersten Anbieter im Bereich der ambulanten Physiotherapie in Sachsen, die nach dem neuen branchenspezifischen IQH-System mit dem IQH-Qualitätszeichen zertifiziert wurden. Initiator ist der Bundesverband selbstständiger Physiotherapeuten, der mit diesem Qualitätszeichen die Vertrauensbasis bei Patienten, Ärzten und Kostenträgern ausbauen will.
„Wir freuen uns, zu den ersten in Sachsen zu gehören, die dieses Qualitätsmanagementsystem eingeführt haben“, sagen Christel Sonnenberg und Claudia Schmidt. Die beiden Physiotherapeutinnen haben die Zertifizierung ihrer Praxen gemeinsam betrieben, um auch gegenüber den verordnenden Ärzten ein Signal zu setzen. Die Teams von insgesamt 13 Physiotherapeutinnen und drei Rezeptionskräften haben hochmotiviert daran gearbeitet, die strengen Prüfkriterien für das IQH-System zu erfüllen. „Unser Ziel ist eine qualitativ hochwertige und effiziente Therapie für jeden Patienten“, betont Christel Sonnenberg. Die Befunderhebung wird anhand festgelegter Messverfahren zu Beginn und zum Abschluss jeder Behandlung durchgeführt. Regelmäßige Patientengespräche dienen der Abstimmung des Therapiezieles und der Überprüfung des Therapieverlaufes. Gemeinsam mit dem Patienten entwickelt der Physiotherapeut einen individuellen, patientenbezogenen Behandlungsplan. Am Ende steht eine für den Patienten nachvollziehbare Erfolgsmessung. ■

Das Team der Physiotherapiepraxis Christel Sonnenberg.

Jetzt gibt’s den Schlemmerpass für Meerane

Jetzt gibt es den Schlemmerpass 2004/2005 für die Region Glauchau-Meerane-Crimmitschau! In diesem Pass stellen sich 20 Restaurants aus der Region vor und laden zum Essen ein.
Mit dem Schlemmerpass können Sie und eine Begleitperson 20 mal essen gehen! Das Gute daran: Das billigere Hauptgericht wird Ihnen dabei geschenkt. Einfach den Gutschein vor der Bestellung vorlegen.
Der Schlemmerpass enthält insgesamt 20 Gutscheine, die innerhalb eines Jahres „abgeschlemmt“ werden können. Er ist auch eine gute Geschenkidee zum Geburtstag oder für andere Anlässe! Erhältlich ist er zum Preis von 19.90 Euro ab sofort im Bürgerbüro im Neuen Rathaus, Lörracher Platz 1, im Alten Rathaus am Markt, in der Galerie ART IN, Marienstraße 22, und bei Buch & Musik, August-Bebel-Straße 31, Also: Schlemmen Sie los, und lassen Sie sich in den Restaurants in Meerane, Glauchau und Crimmitschau verwöhnen! ■