

### Veranstaltungstipps

Woche vom 14.03.-20.03.

<b>Donnerstag</b>	Eröffnung der Kunstallee, Sparkasse Elbe-Elster Finsterwalde
<b>Freitag</b>	19.30 Uhr, Finsterwalder Kammermusik Festival: „Faboi Doppelrohrquartett“, Logenhaus Finsterwalde
<b>Samstag</b>	10 Uhr, Frauentagsfahrt des SängerstadtRegion e.V., Start: Markt Finsterwalde 14 Uhr, Birkenwasser selber zapfen („Wälder für Menschen“), Eingang Tierpark Finsterwalde 16 Uhr, Der Historische Stadtkern mit Genuss - Stadtführung in Doberlug, Start: Schloss Doberlug 17 Uhr, Vortrag "Streifzug durch das alte Tröbitz", „Sportlerklause“ Tröbitz - Akdeniz JEAN 18.30 Uhr, Handballturnier: VfB Doberlug vs. Lok Rangsdorf, Stadthalle Doberlug 20 Uhr, Kneipennacht, Finsterwalder Innenstadt
<b>Sonntag</b>	16 Uhr, Kammermusik junior: junge Talente präsentieren sich, Logenhaus Finsterwalde
<b>Montag</b>	
<b>Dienstag</b>	
<b>Mittwoch</b>	

### Tipp der Woche - Natur -



Wälder für Menschen in Doberlug– Kirchhain - Waldaktivangebote -

Wissenschaftliche Studien belegen, dass ein Besuch im Wald sich wie Medizin auf Körper & Seele auswirkt.

- 1 Tag im Wald erhöht 40% der Abwehrzellen im Blut für 7 Tage
- 2-3 Tage erhöhe die Abwehrkräfte sogar bis zu 30 Tage
- Augen können sich erholen und in die Weite blicken

Begleitet uns einige Stunden im Wald, wir zeigen euch, was es alles zu entdecken gibt und ganz nebenbei tut ihr auch noch etwas für eure Gesundheit.

Mehr zu Erfahren unter: <https://www.waelder-fuer-menschen.de/>

### Bereitschaftsdienste am Wochenende

16.03.	Adler-Apotheke, Brandenburger Straße 2 f, Finsterwalde, T: 03531 65060
17.03.	Schloss-Apotheke, Liebenwerdaer Straße 46, Lauchhammer, T: 03574 861279
	Ärztlicher Notdienst: 116 117