

AMTSBLATT DER GEMEINDE **SCHWENNINGEN**

11

Diese Ausgabe erscheint auch online auf NUSSBAUM.de



Besuchen Sie uns unter www.schweningen.de

Freitag, 14. März 2025



Einladung zum Kreissenioernachmittag



Samstag, den 15.03.2025
14 Uhr



Landkreis
Sigmaringen

Genießen Sie ein Treffen mit altbekannten Musikkameraden aus dem ganzen Kreisverband. Umrahmt wird der Nachmittag unter anderem von der Jugendkapelle Schweningen, sowie dem Kreissenioerenorchester.

Herzlich willkommen sind alle Musikanten, ob aktiv oder im Ruhestand.



Einladung zur Jahreshauptversammlung des Blasmusikverbands Sigmaringen e. V.

Sonntag, den 16.03.2025
9.30 Uhr



Beide Veranstaltungen finden in der Heuberghalle Schweningen statt.
Für Verpflegung sorgt der Musikverein Schweningen.
Die Generalversammlung des Musikvereins Schweningen e. V. findet
aus diesem Anlass ebenfalls in der Heuberghalle statt.
Die Tagesordnung finden Sie unter den Vereinsnachrichten.

ELR-Fördergelder kommen nach Schwenningen



Am vergangenen Freitag hat mir kurz vor Mittag unser Landtagsabgeordneter Klaus Burger angerufen, um mir mitzuteilen, dass beide ELR-Förderanträge für Schwenningen positiv beschieden wurden.

Mittlerweile erreichte uns auch das Bestätigungsschreiben von Minister Peter Hauk, Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz.

Das ist eine sehr gute Nachricht für Schwenningen.

So können wir jetzt im Bereich „Arbeiten“ mit einer Fördersumme von 99.060 € rechnen. Weiter bekommen wir im Rahmen der „Grundversorgung“ einen Förderbetrag von 62.940 €, um eine Nahversorgungsmöglichkeit zu realisieren.

Das Thema der Grundversorgung liegt mir schon lange am Herzen. Bereits im Bürgermeisterwahlkampf sicherte ich zu, mich für eine Einkaufsmöglichkeit im Ort starkzumachen. Dass es nun mit ELR-Fördergeldern zur Realisierung kommt, freut mich ungemein und ist zugleich der Lohn für unsere intensiven Bemühungen.

Insgesamt wurden 1.042 Projekte in Baden-Württemberg mit rund 102 Millionen Euro für 410 Gemeinden gefördert.

Der Landkreis Sigmaringen bekam Zuschüsse für 66 Förderprojekte. Zwei davon gingen mit über 162 T € nach Schwenningen!

*Bürgermeister
Ewald Hoffmann*

Amtliche Bekanntmachungen

Einladung zur öffentlichen Sitzung des Gemeinderates am Freitag, 21.03.2025

Die nächste öffentliche Sitzung des Gemeinderates findet **am Freitag, 21. März 2025, um 19:00 Uhr im Sitzungssaal des Rathauses 1. OG** statt.

Die Bevölkerung ist herzlich eingeladen.

Die Sitzung hat folgende Tagesordnungspunkte:

1. Bürger fragen
2. Jahresbericht der Netze BW für die Gemeinde Schwenningen
3. EnBW Vernetzt
 - Vorstellung eines Beteiligungsmodells
4. Erweiterung Urnenwand (4. Bauabschnitt)
 - Vergabe
5. Information über Ausfallhaftung nach § 88 GemO für Förderdarlehen der L-Bank
6. Abriss-Förderprogramm „...weg damit!“:
 - Aussetzung des Programms für weitere 2 Jahre
7. Annahme von Spenden
8. Bekanntgaben, Verschiedenes
 - 8.1. Bekanntgabe nichtöffentlich gefasster Beschlüsse aus der Sitzung vom 20.02.2025
 - 8.2. Verschiedenes

Im Anschluss findet ggfs. eine öffentliche Sitzung des beschließenden Bauausschusses statt.

Mit freundlichen Grüßen

*gez. Ewald Hoffmann
Bürgermeister*

Für interessierte Bürgerinnen und Bürger:

Alle Vorlagen sind am Sitzungstag online im Ratsinformationssystem unter www.schwenningen.de abrufbar.

Vorübergehende Schankerlaubnis für die Vereine

Für Veranstaltungen z. B. in der Heuberghalle einschließlich Feuerwehrhaus oder auch Veranstaltungen im Freien (Festzelt, Hockete), bei denen ein Verkauf von alkoholischen Getränken erfolgt, wird eine Gestattung nach § 12 des Gaststättengesetzes (vorübergehende Schankerlaubnis) benötigt.

Wir weisen darauf hin, dass Gestattungen gem. § 12 GastG rechtzeitig vor Beginn der Veranstaltung beim Bürgermeisteramt, Zimmer 1 (Frau Schnell), beantragt werden müssen.

Die Formulare können auch auf der Homepage der Gemeinde unter www.schwenningen.de > Rathaus > Rathausformulare heruntergeladen werden.

Wir bitten um Beachtung!

Auf gültige Ausweispapiere achten!

Jeder Bürger, der im Laufe des Jahres verreisen möchte, sollte schon jetzt seinen Reisepass oder Personalausweis dahingehend überprüfen, ob er bis zur Urlaubsrückkehr noch gültig ist. Dadurch ersparen Sie sich bei Reiseantritt Schwierigkeiten und beim Grenzübergang Ärger. Personalausweise und Reisepässe werden von der Bundesdruckerei in Berlin ausgestellt.

Bei Personalausweisen muss mit einer Bearbeitungsdauer von ca. 3 bis 4 Wochen gerechnet werden.

Bei Reisepässen muss mit einer Bearbeitungsdauer von ca. 8 - 10 Wochen gerechnet werden.

Deshalb ist es wichtig, dass Sie Ihren Reisepass bzw. Personalausweis rechtzeitig beantragen.

Die Geltungsdauer für Reisepässe bei Personen ab 24 Jahren beträgt 10 Jahre und kostet 70,00 €.

Bei Personen, die das 24. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, ist die Gültigkeit 6 Jahre, die Kosten hierfür betragen 37,50 €.

In dringenden Fällen kann ausnahmsweise ein vorläufiger Reisepass oder ein vorläufiger Personalausweis ausgestellt werden. Bitte beachten Sie aber, dass die Einreise mit vorläufigen Dokumenten nicht in allen Ländern möglich ist. Für Reisen innerhalb der Europäischen Union reicht in der Regel ein Personalausweis. Die Gültigkeit hierfür sind 10 Jahre für Personen ab 24 Jahren, Gebühr: 37,00 € und 6 Jahre für Personen unter 24 Jahre, Gebühr 22,80 €.

Für alle Ausweisdokumente ist ein biometrisches Passbild (**ab 01.05.2025 ist nur noch die Einreichung von digitalen biometrischen Lichtbildern möglich**), das bisherige Ausweisdokument oder die Geburts- oder Heiratsurkunde, sowie die Dokumentengebühr in bar notwendig.

Für Kinder kann ab Geburt ein Personalausweis oder ein Reisepass beantragt werden. Bei Kindern ist allerdings die Einverständnis beider Elternteile schriftlich nötig.

Welches Land – welches Ausweisdokument?

Reisende sollten sich vor einer Reise sorgfältig informieren und sich vergewissern, welche Ausweispapiere erforderlich sind. Aktuelle Informationen zu Visa und Einreisebestimmungen einzelner Länder sind auf der Website des Auswärtigen Amtes unter folgendem Link abrufbar: <https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/reise-und-sicherheitshinweise>

Für Rückfragen steht Frau Greiner gerne unter der Telefon-Nr. 07579/9212-15 zur Verfügung.

Grüngutbündelsammlung am 18. März 2025

Am **Dienstag, 18. März 2025**, findet die Frühjahrsabfuhr von holzigem Grüngut statt. Bitte halten Sie das Grüngut **ab 6:00 Uhr** an der Stelle bereit, an der sonst das Restmüllgefäß zur Leerung steht.

Bei der Grüngutbündelsammlung wird **Baum- und Hecken-schnitt** mitgenommen. Das Grüngut muss mit **kompostierbaren Schnüren** (z. B. mit Bast) gebündelt werden. Die einzelnen Bündel dürfen die Maße (Länge = 1,50 m und Breite 0,50 m) und ein Gewicht von 25 kg nicht überschreiten. Als haushaltsübliche Menge werden max. **1 m³ pro Haushalt** angesetzt.

Loses Material, Laub und sonstige Pflanzenreste werden bei der Grüngutbündelsammlung nicht mitgenommen. Dieses kann über den Recyclinghof abgegeben werden.

Verwenden Sie auf keinen Fall Plastiktüten, Plastikschnüre oder Draht. Achten Sie bitte besonders darauf, dass im Grüngut keine Störstoffe wie Kunststoffe, Metalle oder Steine enthalten sind.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte unter der Telefonnummer 07571/102-6666 oder unter buergerservice-kaw@lrasig.de an die Kreisabfallwirtschaft Sigmaringen.

IMPRESSUM

Herausgeber:
Gemeinde Schwenningen,
Alte Pfarrstraße 9,
72477 Schwenningen,
Tel. 07579 9212-0

Druck und Verlag: Nussbaum Medien
Rottweil GmbH & Co. KG,
Opelstraße 29,
68789 St. Leon-Rot,
www.nussbaum-medien.de

Verantwortlich für den amtlichen Teil, alle sonstigen Verlautbarungen und Mitteilungen:

Bürgermeister Ewald Hoffmann,
Alte Pfarrstraße 9, 72477 Schwenningen, oder ihr/e Vertreter/in im Amt.

Verantwortlich für „Was sonst noch interessiert“ und den Anzeigenteil:
Klaus Nussbaum, Opelstraße 29,
68789 St. Leon-Rot

INFORMATIONEN

Fragen zur Zustellung:
G.S. Vertriebs GmbH, Josef-Beyerle-Str. 2,
71263 Weil der Stadt, Tel.: 07033 6924-0,
info@gsvertrieb.de, www.gsvertrieb.de

Fragen zum Abonnement:
Nussbaum Medien Weil der Stadt GmbH & Co. KG, Merklinger Str. 20,
71263 Weil der Stadt, Tel.: 07033 525-460,
abo@nussbaum-medien.de
www.nussbaum-lesen.de

Hecken und Sträucher entlang öffentlicher Straßen zurückschneiden

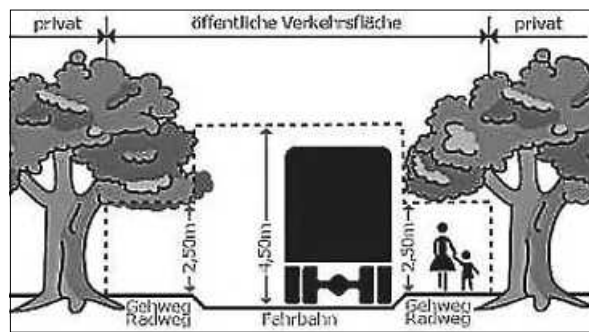
Hecken und Sträucher können für Verkehrsteilnehmer zu einem Ärgernis werden, wenn sie in den Verkehrsraum hineinragen oder die Sicht beeinträchtigen und behindern. Dies gilt nicht nur für Straßen und Fahrwege, sondern auch für Fuß- und Gehwege.

Wir möchten daher alle Grundstückseigentümer bitten, die Pflanzungen entlang der öffentlichen Wege auf die folgenden Punkte hin zu prüfen:

Die freie Durchfahrtshöhe über der Fahrbahn muss 4,50 m betragen; die freie Durchgangshöhe am Gehweg muss mindestens 2,50 m betragen; beide Werte sollten auch bei schweren und regennassen bzw. schneebelasteten Ästen eingehalten werden.

- Bei Geh- und Radwegen ist die Bepflanzung bis an die Hinterkante (meist identisch mit der Grundstücksgrenze) zurückzuschneiden, sodass der Weg in der ganzen Breite für die Verkehrsteilnehmer nutzbar bleibt.
- An Kreuzungen muss zumindest gewährleistet sein, dass ein wartepflichtiger Verkehrsteilnehmer bei Anfahrt aus dem Stand ohne nennenswerte Behinderungen bevorrechtigte Fahrzeuge erkennen kann. In Sichtdreiecken sind die Bepflanzungen niederzuhalten (höchstens 80 cm).
- Verkehrszeichen dürfen nicht verdeckt werden und sollten rechtzeitig wahrnehmbar sein. Dies gilt auch für Straßennamensschilder.
- Straßenleuchten sollten ebenfalls von Pflanzen und Sträuchern freigehalten werden.

Die Regelung des Naturschutzgesetzes, welche in der Zeit vom 1. März bis 30. September eines jeden Jahres das Schneiden von Gehölzen verbietet, greift hier nicht. Die Grundstückseigentümer und Besitzer sind im Gegenteil zu einem solchen Rückschnitt verpflichtet, handelt es sich doch um eine Maßnahme, die aus Verkehrssicherheitsgründen dringend erforderlich ist und im öffentlichen Interesse liegt. Kontrollieren Sie, ob für Ihre Anpflanzungen entlang den öffentlichen Straßen und Wegen die obigen Punkte eingehalten sind. Schneiden Sie gegebenenfalls Ihre Hecken, Bäume und Sträucher entsprechend zurück. Bei Unfällen könnten Sie sonst möglicherweise zur Haftung herangezogen werden.



Anforderung eines Grundbuchauszugs

Immer wieder erreichen uns Anfragen im Rathaus, weil Bürger einen Grundbuchauszug benötigen.

Deshalb nachfolgende Information und Klarstellung:

Grundbuchauszüge können nur noch beim Amtsgericht Sigmaringen, Grundbuchamt angefordert werden, nicht über die Gemeinde.

Das Grundbuchamt Sigmaringen ist wie folgt zu erreichen:
Tel.: 07571/1821-250, Fax: 07571/1821-299
E-Mail: poststelle@gbasigmaringen.justiz.bwl.de

Die Antragsstellung erfolgt über die Homepage des Amtsgerichts Sigmaringen über folgenden Link:
<https://amtsgericht-sigmaringen.justiz-bw.de/pb/,Lde/Startseite/Das+Amtsgericht/Grundbucheinsicht+und+-ausdrucke>
Auszüge aus dem Grundbuch sind kostenpflichtig!

Wir bitten um Beachtung.

Jubilare in der Gemeinde

JUBILARE GEBURTSTAG

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

„Jeder, der sich die Fähigkeit erhält,
Schönes zu erkennen, bleibt ewig jung.“

20.03.2025 Peter NEUMANN (70 Jahre)

Einwohnerschaft und Gemeindeverwaltung Schwenningen gratulieren recht herzlich.



Fundamt

Im Fundamt Schwenningen wurden folgende Gegenstände abgegeben:

- Kette
- diverse Fundsachen aus der Heuberghalle von der Fasnet

Der/Die Verlierer/-in möchte sich während der Öffnungszeiten bitte im Rathaus Schwenningen, Zimmer 1, Fundamt, melden.

Ende amtlicher Teil

Andere Behörden

Agentur für Arbeit

Berufsbegleitend studieren – mit und ohne Abitur

Am **Donnerstag, dem 20. März, findet um 17:30 Uhr** im Berufsinformationszentrum (BiZ) der Agentur für Arbeit Balingen in der Stingstraße 17 eine Informationsveranstaltung rund um das Universitätsstudium an der FernUniversität Hagen statt. Renate Ursula Kiener-Weiß von der Studienberatung der FernUni informiert über das Studienangebot, den Studienablauf und die Besonderheiten des Studiums. Im Anschluss an den Vortrag können Fragen gestellt und noch offene Punkte mit der Studienberaterin besprochen werden.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und die Teilnahme wie immer kostenlos.

Die FernUniversität Hagen ist die einzige staatliche Fernuniversität und zugleich die größte Hochschule in Deutschland. An ihr können zahlreiche staatlich anerkannte Bachelor- und Masterabschlüsse erreicht werden. Dank des flexiblen Studiensystems ist das auch neben dem Beruf oder der Zeit für die Familie möglich.

Berufsberatung für Erwachsene in der VHS Hechingen

Sprechstunde am 27. März von 9:00 Uhr bis 14:00 Uhr

Wo kann ich berufliches Wissen updaten? Wie kann ich mehr Verantwortung im Job übernehmen? Wer bezahlt meine Weiterbildung? Was könnte mein nächster Karriereschritt sein? Wie schaffe ich es nach Kindererziehung oder Pflege zurück in die Berufswelt? Katja Danhammer, Berufsberaterin für Erwachsene, beantwortet diese und weitere Fragen in ihrer Sprechstunde in der VHS Hechingen in der Münzgasse 4/1 in Hechingen am 27. März von 9:00 Uhr bis 14:00 Uhr.

Anmeldungen für ein Zeitfenster zur kostenlosen Beratung mit der Kursnummer 5603 sind noch bis zum 25. März unter <https://www.vhs-hechingen.de/beratungstage> direkt auf der Homepage der VHS Hechingen möglich.

Der Beratertag findet in regelmäßigen Abständen statt. Der nächste Termin ist am 08. Mai von 14 bis 18 Uhr geplant.

Regierungspräsidium Tübingen

Martin Peters ist neuer Leiter des Referats eichtechnischer Vollzug „Mitte“ des Regierungspräsidiums Tübingen

Mit Wirkung zum 1. März 2025 wurde Martin Peters von Regierungspräsident Klaus Tappeser zum neuen Leiter des Referats 105.2 mit der Verantwortung für den eichtechnischen Vollzug Zentrum Mitte bestellt.

Mit dem Antritt von Martin Peters als neuem Leiter des eichtechnischen Vollzugsreferats für die Zentrumsregion von Baden-Württemberg, verbunden mit der Leitung des Eichamts am Dienstsitz in Fellbach, werden die Ansprüche des Eichwesens an das richtige Maß weiterhin hochgehalten.

Herr Peters bringt einen reichen Erfahrungsschatz im Eichwesen mit. Während seiner Anfangsjahre im Außendienst des Eichamts Fellbach und dem darauffolgenden Wechsel als Sachgebietsleiter zur Direktion in Stuttgart, konnte er sich viele Jahre mit verschiedensten, komplexen Aufgabenstellungen der Messtechnik vertraut machen. Seit Februar 2023 übernahm Herr Peters zunächst die Leitung des Eichamts in Heilbronn, um ab Dezember 2024 in der Übergangszeit die Leitung des Eichamts in Fellbach zu übernehmen. Zudem ist er als Vorsitzender der Fachgruppe Mess- und Eichtechnik in der BTBkomba, der Gewerkschaft für öffentliche Dienstleistungen Technik und Naturwissenschaft Baden-Württemberg, e. V., aktiv.

„Herr Peters ist dank seines umfangreichen technischen Know-hows und seiner langjährigen und vielfältigen Erfahrung sowohl als Sachgebietsleiter in der Direktion in Stuttgart als auch in seiner bisherigen Funktion als Leiter des Eichamts in Heilbronn bestens auf seine neue Rolle als Referatsleiter des eichtechnischen Vollzugs, Zentrum Mitte, vorbereitet. Davon konnte ich mich zuletzt im Rahmen seiner Rede am neuen Dienstsitz in Fellbach persönlich überzeugen, so Regierungspräsident Klaus Tappeser bei der Amtseinsetzung. „Ich bin überzeugt, dass wir mit ihm Kontinuität und Qualität bei der Umsetzung unserer Ziele für die Bürgerinnen und Bürger sowie die ortsansässigen Betriebe gewährleisten werden.“ Martin Peters tritt die Nachfolge von Adrian Bacher an, der zum 1. März 2025 seine aktive Dienstzeit beendet.



Regierungspräsident Klaus Tappeser (rechts), Martin Peters, Leiter des Referates 105.2. Foto: K-Stelle, Regierungspräsidium Tübingen.

Infos vom Landratsamt Sigmaringen



Historikerin beleuchtet die Rolle von Frauen bei den Aufständen von 1525

Als eine der letzten Veranstaltungen anlässlich des Kulturschwerpunkts „Signifikante Frauen im Landkreis Sigmaringen“ hält Historikerin Dr. Janine Maegraith am **Montag, 17. März**, einen Vortrag unter dem Titel „Von Bittstellerinnen zu Plünderinnen. Beteiligten sich Frauen an den Aufständen von 1525?“ – und spannt damit gleichzeitig schon den Bogen zum kommenden Kulturschwerpunkt „Freiheit, Gleichheit, Gerechtigkeit - 500 Jahre Bauernkrieg – Was bleibt?“. Die Veranstaltung beginnt um 20 Uhr in den Räumen des Staatsarchivs, Karlstraße 1-3 in Sigmaringen. Veranstalter sind das Kreiskulturforum, das Staatsarchiv und der Hohenzollerische Geschichtsverein.

Vor einem halben Jahrtausend wurde für Freiheit, Gleichheit und Gerechtigkeit gekämpft. Im Jubiläumsjahr des Bauernkriegs erinnern zahlreiche Publikationen, Tagungen und Ausstellungen an die Zeit um 1525 und zeigen neue Perspektiven auf. Dabei wird auch erforscht, inwieweit Frauen an den Aufständen beteiligt oder von ihnen betroffen waren.

So nimmt die große Landesausstellung „Utopie und Widerstand im Bauernkrieg 1524/25“ im Kloster Schussenried speziell Frauen in den Blick und hat zwei KI-generierte Protagonistinnen kreiert. Aber was bedeutet eigentlich „Beteiligung“? Und werden damit Nichtbeteiligte ausgeschlossen? Mit einer neuen Betrachtung der Zeit um 1525 greift Dr. Janine Maegraith in ihrem Vortrag in Sigmaringen Interventionen aus der Geschlechter- und Sozialgeschichte auf und begibt sich auf die Spurensuche nach Frauen in der ländlichen Gesellschaft um 1525 und im Umfeld der Aufstände. Ihr Untersuchungsgebiet erstreckt sich dabei über den südwestdeutschen Raum bis nach Tirol.

Dr. Janine Maegraith hat in Stuttgart im Fach Landesgeschichte promoviert und später in Cambridge, Innsbruck und Wien geforscht. Ihre Fachgebiete liegen in der europäischen Sozial- und Wirtschaftsgeschichte der Frühen Neuzeit mit Schwerpunkt auf der Geschichte des ländlichen Raums.

Der Eintritt zum Vortrag im Staatsarchiv ist frei, Spenden sind erbeten.

Anmeldungen nimmt das Kreiskulturamt unter der Telefonnummer 07571 102-1141 und per E-Mail an kultur@lrasig.de entgegen.

Warum Zecken gefährlich werden können und was dagegen hilft

Mit der ersten Frühlingssonne beginnt die Zeit, in der sich die Menschen wieder mehr im Freien bewegen. Auch Zecken werden aktiv, sobald es an mehreren aufeinanderfolgenden Tagen sieben Grad Celsius warm oder wärmer ist. Für Menschen, die sich häufig in der freien Natur aufhalten, können sie dabei schnell zum Risiko werden. Denn Zecken übertragen die Frühsommer-Meningoenzephalitis – das FSME-Virus.

In Deutschland reicht die Zeckensaison in der Regel von Februar bis Oktober. Beim Wandern, Sport und Spielen unter freiem Himmel ist in dieser Zeit ebenso erhöhte Vorsicht geboten wie für Forstarbeiter oder Landwirte. Schließlich kommen die in Deutschland besonders verbreiteten Ixodes-Zecken praktisch überall vor, wo es Pflanzen gibt, auch in Gärten oder Parks.

Die Zecke klettert auf eine exponierte Stelle wie einen Grashalm oder ein Gebüsch oder auf herumliegendes Totholz. Kommt ein Tier oder ein Mensch vorbei, wird sie bei Kontakt abgestreift und hält sich fest. Zecken fallen nicht von Bäumen noch können sie springen. Die meisten Zecken warten in einer Höhe von weniger als einem Meter, häufig sogar nur zwischen 10 und 50 Zentimeter über dem Boden.

Wird ein Mensch von einer Zecke gestochen, die das FSME-Virus in sich trägt, können die Viren in dessen Blutbahn gelangen und eine FSME auslösen. Das ist aber nicht bei jedem Zeckenstich der Fall. „Der typische Verlauf einer FSME-Erkrankung beginnt mit unspezifischen, grippeähnlichen Beschwerden“, sagt Dr. Susanne Haag-Milz, Leiterin des Fachbereichs Gesundheit beim Landkreis Sigmaringen. Nach einem kurzen symptomfreien Intervall von bis zu einer Woche könne in seltenen Fällen eine Entzündung der Hirnhäute, des Gehirnes oder des Rückenmarks mit Lähmungsercheinungen auftreten. Ein hoher Anteil der Infektionen – etwa 70 bis 95 Prozent – verlaufe asymptomatisch.

„Schwere Krankheitsverläufe werden fast nur bei Erwachsenen beobachtet“, sagt Haag-Milz. Aber: Bei etwa einem Prozent der Erkrankten, die eine Beteiligung des Nervensystems aufweisen, führt die Erkrankung zum Tod. Eine spezifische Therapie gibt es nicht. Zur Linderung der Symptome können entzündungshemmende Medikamente zum Einsatz kommen. Selten sind intensivmedizinische Maßnahmen erforderlich.

In Deutschland besteht ein Risiko für eine FSME-Infektion vor allem in Bayern und Baden-Württemberg. Im Landkreis Sigmaringen war die Zahl der gemeldeten FSME-Erkrankungen im Jahr 2024 mit 18 Fällen doppelt so hoch wie im Vorjahr. Auch deutschlandweit zeigte sich ein Anstieg von 475 im Jahr 2023 auf 772 Fälle im vergangenen Jahr. Das Risiko, an FSME zu erkranken, steigt ab dem Alter von 40 Jahren deutlich an. 99 Prozent der 2023 übermittelten FSME-Erkrankten war nicht oder unzureichend geimpft. „Durch eine Steigerung der Impfquoten insbesondere in Risikogebieten könnte ein hoher Anteil der auftretenden FSME-Erkrankungen wahrscheinlich verhindert werden“, sagt Dr. Susanne Haag-Milz.

Die Impfung gegen FSME wird in Baden-Württemberg ohne geographische Einschränkung empfohlen. Die Impfpflicht gilt für alle, die sich häufig in der freien Natur aufhalten oder beruflich gegenüber Zecken exponiert sind. Um den vollen Impfschutz zu erreichen, sind in der Regel drei Impfungen notwendig. Ein bis drei Monate nach der ersten Impfung findet die zweite Impfung statt. Die dritte Impfung ist fünf bis zwölf Monate nach der zweiten Impfung fällig. Der Impfschutz besteht für mindestens drei Jahre.

Was bei Zeckenbefall zu tun ist

Gut abschließende Kleidung hilft dabei, sich vor Zecken zu schützen. Menschen, die in der freien Natur unterwegs sind, sollten das Unterholz meiden, ihren Körper mit Insektenschutzmitteln einreiben, den Körper nach Zecken absuchen und diese rasch entfernen. Um eine Entzündung zu vermeiden, sollten dabei alle Teile der Zecke entfernt werden. Hierzu greift man die Zecke mit einer Pinzette oder einem speziellen Instrument nahe der Hautoberfläche, also an ihren Mundwerkzeugen und niemals am vollgesogenen Körper, und zieht sie langsam und gerade aus der Haut. Die Zecke sollte dabei möglichst nicht gedreht werden.

Auf keinen Fall sollten Zecken vor dem Entfernen mit Öl oder Klebstoff beträufelt werden. Das würde das Tier unnötig reizen und könnte dazu führen, dass es seinen Speichel und somit mögliche Infektionserreger abgibt. Nach dem Entfernen der Zecke ist eine sorgfältige Desinfektion der Wunde erforderlich. „Beobachten Sie die Einstichstelle auf Rötungen und achten Sie auf Krankheitssymptome!“, rät Dr. Susanne Haag-Milz. „Sollte sich bis zu sechs Wochen später im Einstichbereich eine sogenannte Wanderröte zeigen, sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen, weil es sich um eine Borreliose handeln kann.“ Diese Infektionskrankheit, die durch Bakterien ausgelöst wird, kann ebenfalls durch Zecken übertragen werden.

Mobiler Amphibienzaun rettet Tiere vor dem Straßentod

Frühjahreszeit ist Amphibienwanderzeit. Durch das dichte Netz an Straßen werden dabei allerdings viele Tiere auf dem Weg in ihre Laichgewässer überfahren. Um das zu verhindern, setzen sich die untere Naturschutzbehörde des Landkreises Sigmaringen und ehrenamtliche Helfer für den Schutz der Amphibien ein

– aktuell bei einem gemeinsamen Projekt der Stadt Mengen und der NABU-Ortsgruppe Sigmaringen am Zielfinger Vogelsee.

Bei der Christbaumkultur im Süden des Seengebiets wandern derzeit vor allem Erdkröten, aber auch Gras- und Teichfrösche sowie einzelne Molcharten. Nachdem dort im vergangenen Jahr zahlreiche Tiere überfahren wurden, bauen die Stadt Mengen und der NABU Sigmaringen dort in Abstimmung mit der unteren Naturschutzbehörde einen mobilen Amphibienzaun auf. Dieser hilft den Tieren bei der Wanderung in ihre Laichgewässer und bewahrt sie damit vor dem Straßentod. Der Landkreis Sigmaringen bittet darum, sowohl auf die Tiere als auch auf die Mitarbeiter der Stadt und des NABU zu achten. Diese bauen die Leiteinrichtung auf und sammeln die Tiere ab.

Wer aktiv beim Amphibienschutz mithelfen möchte, kann sich unter der Telefonnummer 07571 5686 oder über die E-Mail-Adresse info@nabu-sigmaringen.de an die Ortsgruppe des Naturschutzbunds Deutschland wenden. Helfende Hände beim Absammeln der Tiere, um diese ins Gewässer zu bringen, sind dort jederzeit willkommen. Bei der Organisation des Amphibienschutzes soll in Zukunft auch eine neue Krötenretter-App zum Einsatz kommen. Weitere Informationen dazu gibt es im Internet: amphibienwanderung.azurewebsites.net.



Deutsche Rentenversicherung

Arbeitgeber-Seminare 2025 starten – jetzt anmelden

Für Arbeitgeber und Steuerberatende Wissenswertes rund um die Betriebsprüfung und Aktuelles aus der Praxis

Die Betriebsprüfung hat sich angekündigt und Sie als Arbeitgeber oder Mitarbeitende einer Abrechnungsstelle fragen sich: Halten die von mir versicherungsrechtlich beurteilten Beschäftigten der Überprüfung stand? Welche Auswirkung hat die Prüfung der Künstlersozialabgabe? Wir geben Antworten: Die Expertinnen und Experten der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg (DRV BW) bieten auch dieses Jahr landesweit in allen Regionen oder als Onlineangebot **dreistündige Arbeitgeber-Seminare kostenfrei** an. Jeder Termin beinhaltet diese aktuell prüfungsrelevanten Themenschwerpunkte und einen Exkurs zum Thema Rente:

Update zur Digitalisierung in der Betriebsprüfung

Aktuelle Neuerungen der elektronisch unterstützten Betriebsprüfung (euBP) – beispielsweise können jetzt die Prüfergebnisse elektronisch bereitgestellt werden. Des Weiteren informieren die DRV BW-Profis zur elektronischen Führung von Entgeltunterlagen.

Beschäftigungen richtig beurteilen

In der Praxis spielen mehrere Faktoren bei der Beurteilung von Beschäftigungen eine Rolle. Was muss bei der Kombination von vorausschauender Betrachtung und schwankendem Arbeitsentgelt beachtet werden? Wie wirkt sich eine Mehrfachbeschäftigung auf die Beurteilung aus? Was mache ich, wenn sich bei einem mitarbeitenden Gesellschafter-Geschäftsführer wesentliche Änderungen ergeben?

Prüfung der Künstlersozialabgabe

Ist das eine künstlerische oder publizistische Leistung, die die Zahlung der Künstlersozialabgabe zur Folge hat? Alle Informationen rund um die Künstlersozialabgabe erhalten die Teilnehmenden beim diesjährigen Seminar.

Exkurs zum Thema Rente

Für viele Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer rückt die Altersrente immer näher. Vielleicht erreichen Sie als Arbeitgeber dadurch viele Fragen? Die DRV BW bietet deshalb dieses Jahr einen Überblick zum Thema Altersrente an, um hierbei aktiv zu unterstützen.

Termine und Anmeldung unter www.driv-bw.de/arbeitgeberseminare.

Weitere Angebote für Unternehmen in Baden-Württemberg
Unabhängig von den Arbeitgeber-Seminaren berät und informiert der **DRV BW Firmenservice** jederzeit zu den drei Themenbereiche gesunde Beschäftigte, Rente und Altersvorsorge sowie Versicherungs-, Beitrags- und Melderecht. Mit insgesamt 16 Firmenberaterinnen und Firmenberatern in Baden-Württemberg ist das Team in jeder Region gut vertreten und kommt auf Wunsch auch direkt in die Unternehmen. Einfach, schnell, unbürokratisch und kostenfrei. Details unter www.driv-bw.de/firmenservice.

Finanzielle Unabhängigkeit für das Alter schaffen

Status Quo mit dem Kundenportal ermitteln und Altersvorsorge angehen

Frauen in Baden-Württemberg erhalten als langjährig Versicherte im Durchschnitt fast ein Drittel weniger gesetzliche Rente als Männer. Die durchschnittliche Brutto-Altersrente nach 35 Versicherungsjahren lag 2023 in Baden-Württemberg für Frauen bei 1.362 Euro (Männer 1.937 Euro). Die Gründe sind bekannt: Oft unterbrechen oder reduzieren sie ihre Erwerbstätigkeit für die Kindererziehung oder Pflege von Angehörigen. Viele Arbeitnehmerinnen stecken in der Teilzeitalter fest und verdienen zudem häufig weniger als ihre männlichen Kollegen. Daher sind ihre Beiträge in die gesetzliche Rentenversicherung (gRV) und folglich auch ihre Rente geringer.

Die Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg (DRV BW) empfiehlt Frauen aller Altersklassen, sich jetzt um die Planung ihrer finanziellen Altersvorsorge zu kümmern. Unterstützung dabei – die weiteren Schritte bis hin zur individuellen Altersvorsorge zu planen und umzusetzen – bieten die Beratungsstellen der DRV BW in den Regionen und eine spezielle Themenseite unter www.driv-bw.de/Altersvorsorge/Frauen.

Status Quo mit ‚Mein Kundenportal‘ ermitteln

Bevor Frau ihre individuelle Altersvorsorge erfolgreich auf die Beine stellt, sollte der Status Quo ermittelt werden. Dabei empfiehlt die DRV BW die unkomplizierte Nutzung von Mein Kundenportal – darüber können die Versicherten alle ihre Anliegen im Rahmen der gesetzlichen Rente über einen Zugang regeln und einfach mit den DRV BW-Mitarbeitenden kommunizieren. Im Kundenportal können Frauen die ersten Schritte bequem von zu Hause aus erledigen: Den Versicherungsverlauf und die Renteninformation einsehen sowie eine sogenannte Lückenauskunft abrufen, um dann zu klären, ob alle Beitragszeiten, Kindererziehungs- oder Pflegezeiten sowie weitere Anrechnungszeiten korrekt sind. Nachweise können dort anschließend eingereicht werden. Denn: Jeder Monat zählt! Nach der Kontenklärung haben die Frauen einen guten Überblick über die Höhe der künftigen Rente.

Drei Säulen der Altersvorsorge optimieren mit Beratung der DRV BW

Nach der Kontenklärung geht es ans Eingemachte. Hierfür berät die DRV BW vor Ort oder im Video-Format in sogenannten Intensivgesprächen zur Altersvorsorge – kostenfrei, individuell und unabhängig. Dabei behalten die DRV-Mitarbeitenden die drei Säulen der gesetzlichen, betrieblichen und privaten Altersvorsorge fest im Blick. Vorab können Frauen sich in der digitalen Rentenübersicht einen Überblick über den Stand ihrer Altersvorsorge verschaffen.

Um die zukünftige Rente zu erhöhen oder überhaupt einen Anspruch darauf zu haben, können auch freiwillige Zahlungen in die gRV ein interessanter Baustein für die Altersvorsorge sein. Zudem besteht bis zur Vollendung des 45. Lebensjahres die Möglichkeit, freiwillige Beiträge für nicht anrechenbare schulische Ausbildungszeiten nachzuzahlen. Dies kann insbesondere für das Erreichen von bestimmten Wartezeiten oder für die Erhöhung des Rentenanspruchs sinnvoll sein. Weitere Bausteine sind die betriebliche Altersvorsorge, auf die auch Teilzeitkräfte oder Minijobberinnen einen gesetzlichen Anspruch haben, gegebenenfalls mit einem staatlichen Förderbeitrag, sowie die private Vorsorge, mit und ohne staatliche Förderung. Wichtig ist, dass Frauen sich um ihre finanzielle Unabhängigkeit im Alter kümmern. Und das schnellstmöglich.

Interessierte können einen Termin für ein 90-minütiges Intensivgespräch oder eine 120-minütige Paarberatung zur Altersvorsorge machen. Details unter www.prosa-bw.de.

Frauen können auch online einen Antrag auf Kontenklärung (V0100) stellen.

Kontakt zur regionalen Beratung – online, telefonisch, per Video oder vor Ort unter www.driv-bw.de/kontakt.

Bis 31. März noch freiwillige Rentenbeiträge für 2024 einzahlen

Rentenanspruch erwerben und Rente erhöhen

Wer nicht oder nicht mehr in der gesetzlichen Rentenversicherung pflichtversichert ist, sollte sich über die Möglichkeit freiwilliger Rentenbeiträge informieren. Damit kann ein eigener Rentenanspruch erworben, erhöht oder eine schon bestehende Anwartschaft auf Erwerbsminderungsrente unter bestimmten Voraussetzungen aufrechterhalten werden. Freiwillige Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung für 2024 können noch bis zum Stichtag 31. März 2025 gezahlt werden. Darauf weist die Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg (DRV BW) hin.

Wer kann freiwillige Beiträge leisten

Grundsätzlich dürfen alle Menschen, die mindestens 16 Jahre alt sind – unabhängig von ihrer Staatsbürgerschaft – freiwillige Beiträge leisten, sofern sie in Deutschland leben und nicht bereits pflichtversichert in der gesetzlichen Rentenversicherung sind. Diese Möglichkeit besteht zudem für deutsche Staatsangehörige, die ihren Wohnsitz im Ausland haben. Auch wer eine vorgezogene Altersrente bezieht, kann bis zum Erreichen des regulären Rentenalters freiwillige Beiträge zahlen. Dies erhöht dann die Rente mit Erreichen der Regelaltersgrenze.

Höhe der freiwilligen Beiträge

Freiwillige Beiträge sind attraktiv, da sich durch diese die spätere Altersrente erhöht oder gegebenenfalls ein Anspruch auf eine Altersrente erst entsteht. Die Anzahl und Höhe der Beiträge ist innerhalb eines bestimmten Rahmens selbst bestimmbar: Auf die Anzahl der bis zu 12 Monatsbeiträge kommt es an, wenn Mindestversicherungszeiten für einen Rentenanspruch benötigt werden. Hingegen ist die Höhe der Beiträge wichtig, wenn die eigenen Rentenansprüche gesteigert werden sollen. Die monatliche Beitragshöhe ist beliebig zwischen 103,42 Euro und 1.404,30 Euro wählbar.

Antrag erforderlich

Wichtig dabei: Vorab sollte jedoch geprüft werden, ob ein Anspruch auf freiwillige Beitragszahlung besteht. Dafür ist ein Antrag (Formular V0060) erforderlich. Dieser kann online ausgefüllt und verschickt werden.

Information und Beratung

Mehr Informationen enthält die kostenfreie **Broschüre** „Freiwillig rentenversichert: Ihre Vorteile“. Sie kann unter www.deutsche-rentenversicherung.de heruntergeladen oder bestellt werden.

Anträge auf freiwillige Beitragszahlungen können über das **Formular V0060** online unter www.eservice-driv.de gestellt werden.

Kontakt zur regionalen Beratung – online, telefonisch, per Video oder vor Ort unter www.driv-bw.de/kontakt.

Hier finden sich auch die Adressen der **ehrenamtlichen Versichertenberatern** aus der eigenen Nachbarschaft.

Nichtamtliche Mitteilungen

Tierärztlicher Notdienst am Sonntag, 16.03.2025

Für alle Tiere:

Tierarztpraxis Dr. Busch Bittelschießerstr. 7 Tel.: 07571/13654
72488 Sigmaringen

Für Kleintiere und Pferde:

Tierärztliche Praxis Steinwandel Kantstr. 100 Tel.: 07431/590600
72458 Albstadt



Bundeswehr Schießwarnung

Schießwarnung Nr. 12/2025

Auf dem Truppenübungsplatz Heuberg (einschließlich Außengelände) findet zu folgenden Zeiten Schießen/Sprengen statt:

Datum	Zeit (von - bis) (*)	
Montag, 17.03.2025	06:45 Uhr	16:15 Uhr
Dienstag, 18.03.2025	06:45 Uhr	23:30 Uhr
Mittwoch, 19.03.2025	06:45 Uhr	23:30 Uhr
Donnerstag, 20.03.2025	06:45 Uhr	16:15 Uhr
Freitag, 21.03.2025	06:45 Uhr	12:30 Uhr
Samstag, 22.03.2025	Kein Schießen	Kein Schießen
Sonntag, 23.03.2025	Kein Schießen	Kein Schießen

**) die angegebenen Zeiten sind Ortszeiten*

An den Tagen, die in der äußeren rechten Spalte mit „Spr“ gekennzeichnet sind, findet Sprengen auf dem Truppenübungsplatz statt!

„VORSICHT BLINDGÄNGER“

Das Betreten und Befahren des Truppenübungsplatzes ist lebensgefährlich und daher verboten (auch mit Fahrrädern und sonstigem Sportgerät)!

Übungen mit Kampffahrzeugen, Straßenverschmutzungen, unbeleuchtete und getarnte Fahrzeuge sind eine ständige Gefahr auf dem Truppenübungsplatz Heuberg. Es ist jederzeit mit Vollsperrung der Ringstraße und mit Kontrollen durch die Truppenübungsplatzkommandantur Heuberg und das Feldjägerdienstkommando (Militärpolizei) zu rechnen!

Im Rahmen ihres dienstlichen Auftrages haben die Truppenübungsplatzkommandantur Heuberg und das Feldjägerdienstkommando (Militärpolizei) dort gegenüber Zivilpersonen das Recht zur Personenüberprüfung und zur Kontrolle der „Berechtigung zum Befahren der Ringstraße“. Zuwiderhandlungen gegen das Betretungsverbot erfüllen den Tatbestand des § 114 Ordnungswidrigkeitengesetz und werden unverzüglich zur Anzeige gebracht. Darüber hinaus können sie als Hausfriedensbruch eine Strafanzeige nach sich ziehen.



Kirchliche Nachrichten



Seelsorgeeinheit Heuberg St. Barbara

Gottesdienstordnung 14.03.2025 – 23.03.2025

Samstag, 15.03.

Zählung der Gottesdienstteilnehmer

Frohnstetten 17:00 Uhr Taufe
Frohnstetten 18:30 Uhr Eucharistiefeier

Sonntag, 16.03.

L1: Gen 15,5-12.17-18;

L2: Phil 3,17-4,1 (ML III 71) oder Phil 3,20 – 4,1

Zählung der Gottesdienstteilnehmer

Schwenningen 09:00 Uhr Eucharistiefeier zum Gedenken an Heinrich Grathwohl und verstorbene Angehörige, Franziska & Karl Grathwohl, Pfarrer Hans Locher, Ursula Butz und Emilie Fritz

Hartheim 10:00 Uhr Wort-Gottes-Feier
Storzinger 10:30 Uhr Eucharistiefeier
Frohnstetten 19:00 Uhr meditative Besinnungsstunde
 – Bitte beachten Sie untenstehenden Artikel –

Dienstag, 18.03.

Schwenningen 18:30 Uhr Eucharistiefeier

Mittwoch, 19.03.

Schwenningen 07:00 Uhr Frühschicht in der Fastenzeit
 – Bitte beachten Sie untenstehenden Artikel –
Glashütte 08:00 Uhr Eucharistiefeier

Donnerstag, 20.03.

Storzinger 18:30 Uhr Bußgottesdienst

Sonntag, 23.03.

L1: Ex 3,1-8a.13-15;

L 2: 1 Kor 10,1-6.10-12

Heinstetten 09:00 Uhr Kinderkirche
Heinstetten 09:00 Uhr Eucharistiefeier
Schwenningen 10:00 Uhr Wort-Gottes-Feier
Stetten a. k. M. 10:30 Uhr Eucharistiefeier

Gebetskreise

Kirche Schwenningen:

Rosenkranzgebet Montag – Freitag um 13:30 Uhr
 Gebetskreis jeden 2. Mittwoch um 14:30 Uhr im Jugendheim Don Bosco

Kirche Heinstetten:

Rosenkranzgebet Montag bis Samstag um 18:30 Uhr. **In der Winterzeit ab 28.10.2024 wird der Rosenkranz um 18.00 Uhr gebetet.**

Gebetskreis jeden Mittwoch um 15:00 Uhr in der Pfarrscheuer außerhalb in den Schulfesttagen

Jeden Sonntag um 18.30 Uhr Andacht in der Pfarrkirche

Kirche Hartheim:

Rosenkranzgebet jeden Mittwoch um 14:00 Uhr

KONTAKTE:

Ihre Ansprechpartner in der Seelsorgeeinheit:

Homepage: www.se-heuberg.de

Pfarrer Markus Manter Tel.: 07573/2215

markus.manter@se-heuberg.de

Diakon Paul Gasser Tel.: 07573/2215

paul.gasser@se-heuberg.de

In dringenden seelsorgerischen Notfällen können Sie sich bei unserem Diakon Paul Gasser unter Telefonnummer 01520 9370273 melden.

Diakon Michael Adelbert Tel.: 07573/2215

michael.adelbert@se-heuberg.de

In dringenden seelsorgerischen Notfällen können Sie sich bei unserem Diakon Michael Adelbert unter privater Telefonnummer 07573/5591 melden.

Unsere Öffnungszeiten im Pfarramt in Stetten a. k. M.

Montag: 09:00 Uhr – 12:00 Uhr

Mittwoch: 14:00 Uhr – 17:00 Uhr

Donnerstag: 09:00 Uhr – 12:00 Uhr

Tel.: 07573/2215

Kath. Pfarramt, Pfarrgasse 1, 72510 Stetten a. k. M.

E-Mail: stetten@se-heuberg.de

Informationen und Veranstaltungen

Wir bitten um Beachtung:

Mitteilungen für die kirchlichen Nachrichten müssen bei uns im Pfarrbüro bis spätestens Donnerstag, 10:00 Uhr, eingegangen sein. Später eingegangene Mitteilungen können nicht mehr berücksichtigt werden oder werden im darauffolgenden Amtsblatt veröffentlicht. Wir bitten um Ihr Verständnis. Vielen Dank.

Bußgottesdienste in unserer Seelsorgeeinheit

20.03.2025 Storzinger 18:30 Uhr Bußgottesdienst

25.03.2025 Schwenningen 18:30 Uhr Bußgottesdienst

27.03.2025 Hartheim 18:30 Uhr Bußgottesdienst

30.03.2025 Stetten a. k. M. 18:30 Uhr Bußgottesdienst

01.04.2025 Heinstetten 18:30 Uhr Bußgottesdienst

03.04.2025 Frohnstetten 18:30 Uhr Bußgottesdienst

Firmweg 2025

2. Thementag

Am Samstag, 15.03.2025, um 09.00 Uhr in der Pfarrkirche St. Kolumban in Schwenningen für die Jugendlichen aus Schwenningen, Hartheim und Heinstetten

Am Samstag, 22.03.2025, um 09.00 Uhr in der Pfarrkirche St. Mauritius in Stetten a. k. M. für die Jugendlichen aus Stetten a. k. M. mit Nusplingen und Glashütte, Frohnstetten und Storzinger.

Weniger „ich“ – mehr „wir“ – der Schlüssel für ein gutes Miteinander

Meditative Besinnungsstunde im Kerzenschein (Rorate)
 Inspirierende Impulse, Gedanken, Meditationen und Bilder zu Themen, die uns im Alltag bewegen.

Lieder zum Zuhören und Nachdenken

Wann + wo: Sonntag, 16.03.2025, in der Pfarrkirche St. Silvester in Frohnstetten

Achtung: Beginn um 19:00 Uhr!

Nehmt euch eine kleine Auszeit und schöpft dabei neue Kraft für euren Alltag!

Pfarrgemeinderatssitzung

Am Dienstag, 18.03.2025, findet um 19:30 Uhr im Saal des HdB die nächste Pfarrgemeinderatssitzung statt.

Tagesordnung

Eröffnung & Begrüßung

Geistlicher Impuls

1. Regularien

1. Feststellung der Beschlussfähigkeit

2. Genehmigung des Protokolls

3. Genehmigung der Tagesordnung

2. Stimmungsbild aus den Gemeindeteams und Informationen – geplante Zusammenkunft aller Gemeindeteams im Herbst

3. Bericht aus dem Stiftungsrat

4. Kirchenentwicklung 2030 – Informationen und Austausch

5. Ausblick Pfarreiratswahl (19.10.2025) geplanter Stimmbezirksausschuss

6. Terminabsprache, Wünsche, Anträge, Sonstiges

Frühschicht in der Fastenzeit 2025

Auch in dieser Fastenzeit gibt es die wöchentlichen Impulse am Mittwochmorgen um 7 Uhr bei der Muttergottes direkt nach dem Eingang zur Kirche.

Wir wollen eine halbe Stunde innehalten und was mitnehmen für die Fastenwoche, die vor uns liegt.

Am 19.03.2025 um 7 Uhr, danach wöchentlich am 26.3., 2.4., 9.4. und 16.4. Herzliche Einladung!

Heinstetten

Am **Mittwoch, den 19.03.2025**, treffen sich die Seniorinnen um 14.00 Uhr im Pfarrsaal. Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

Taufe

Der nächste **Tauftermin** in unserer Seelsorgeeinheit ist am **Samstag, 05. April 2025, um 17:00 Uhr in der Pfarrkirche St. Kolumban in Schwenningen.**

Das Taufgespräch findet am Montag, 24.03.2025, um 17.00 Uhr im Pfarrhaus in Stetten a. k. M. statt.

Bitte melden Sie Ihr Kind vor dem Taufgespräch telefonisch im Pfarrbüro an.

Vielen Dank.

Gute Besserung

Die Hefte „Gute Besserung“ können während der Öffnungszeiten im Zwischengang vom Pfarramt in Stetten a. k. M. abgeholt werden.

An die ehrenamtlichen und beschäftigten Mitarbeitenden unserer Kirchengemeinde

EINLADUNG zur Brandschutzhelfer*innen-Schulungen mit praktischer Löschübung mit Feuerlöschern

Feuerlöscher sind eine sinnvolle Sicherheitseinrichtung, um einen Brand im Entstehungsstadium effektiv zu bekämpfen. Deshalb sind die Gebäude unserer Kirchengemeinden alle mit funktionierenden und regelmäßig gewarteten Feuerlöschern ausgestattet. Sie können Leben und Eigentum retten, wenn die Besucher und Nutzer der Gebäude im Ernstfall Feuerlöscher bedienen können und auch sonst über den Brandschutz bei Veranstaltungen, Gruppentunden, Treffen, Gottesdiensten geschult sind.

Deshalb laden wir Sie ein, an einer Schulung zum Brandschutzhelfer bzw. Helferin teilzunehmen, um im Ernstfall sich selbst und andere Personen vor Schaden zu bewahren.

Die Schulung dauert ca. 2,5 Stunden; nach einem theoretischen Teil mit dem Ziel, das nötige Wissen zu vermitteln, Gefahren durch Brände frühzeitig zu erkennen, zu bekämpfen und sich und andere in Sicherheit zu bringen, schließt sich ein praktischer Teil mit realitätsnahen Übungen mit Feuerlöschern an.

Die Verrechnungsstelle für katholische Kirchengemeinden Sigmaringen organisiert diese Brandschutzhelferschulungen, hier die Termine im Jahr 2025:

Mittwoch, 2. April 2025

Kurs 1: Beginn um 14.00 Uhr
Kurs 2: Beginn um 17.00 Uhr

Donnerstag, 10. April 2025

Kurs 3: Beginn um 14.00 Uhr
Kurs 4: Beginn um 17.00 Uhr

Die Schulung dauert 2,5 Stunden. Die Kosten für die Ausbildung trägt die Kirchengemeinde.

Anmeldung bis spätestens 19. März 2025

E-Mail: info@vst-sigmaringen.de oder Telefon unter 07571-73020
Schulungsort: Kloster Gorheim, Gorheimer Str. 28, 72488 Sigmaringen

Bei Fragen wenden Sie sich an die Verwaltungsbeauftragte Frau Margarete Knisel, Telefon 07571-7302-21 oder per E-Mail: margarete.knisel@vst-sigmaringen.de.

Evangelische Kirchengemeinde Stetten a. k. M.



Gottesdienste/Veranstaltungen:

Wir bitten um Beachtung:

Während der Vakanzzeit feiern wir in Stetten Gottesdienst am 1., 3. und ggfls. am 5. Sonntag im Monat.

Wir bemühen uns, an Feiertagen, die auf einen Sonntag außerhalb dieser Regelung fallen, ebenfalls Gottesdienst in Stetten zu feiern.

Sonntag, 16. März 2025

(Reminiscere)

10:00 Uhr Gottesdienst mit Abendmahl
(mit Präd. Elfriede Müller)

10:00 Uhr Evang. Kirche Stetten
ökumenischer Kindergottesdienst
(mit dem KiGo-Team)
in den Gemeinderäumen in der **Evang. Kirche**
(ehem. Pfarrwohnung)

Mittwoch, 19. März 2025

9:30 Uhr Treffen der Krabbelgruppe
im Rettungszentrum Stetten a. k. M.

Sonntag, 23. März 2025

(Invocavit)

Herzliche Einladung zum Besuch des **Gottesdienstes** um **9:30 Uhr Heilandskirche in Meßkirch**

Ihre Ansprechpartner im Pfarrbüro:

Geschäftsführender Vakanzvertreter

Diakon Ulrich Aeschbach
Untere Walkestraße 19
78333 Stockach
Tel. 07771/44 74 (Anrufbeantworter)

Seelsorgerliche Anliegen:

Pfarrerin
Anja Kunkel
Conradin-Kreutzer-Str. 17
88605 Meßkirch
Tel. 07575/925 383
Weiterhin ist unsere Pfarramtssekretärin Regina Grätius zu den bekannten Sprechzeiten für Sie da.

Sprechzeiten Pfarrbüro

Dienstagvormittag von 08:30 – 11:30 Uhr
Donnerstagnachmittag von 14:30 - 17:30 Uhr
Pfarramtssekretärin: Regina Grätius

Pfarrbüro: Guldenbergstr. 1, 72510 Stetten a.k.M.

Telefon: 07573/5304

E-Mail: stetten@kbz.ekiba.de

Sprechzeiten nach telefonischer Terminvereinbarung

Telefon: 07573/5304

Telefonseelsorge:

(kostenlos, rund um die Uhr) 0800 111 0 111

Internet-Seelsorge: www.kummernetz.de

E-Mail: beratung@telefonseelsorge.de

Wochenspruch

„Gott aber erweist seine Liebe zu uns darin, dass Christus für uns gestorben ist, als wir noch Sünder waren.“ Römer 5,8

Alles auf einen Blick

Fasnetsnachlese

Ökumenischer Narrengottesdienst am Fasnetssonntag:

Schlag mach Bock, Schlag mach Bock, gleich ob Hose oder Rock oder....

Pfarrer

Beim ökumenischen Narrengottesdienst war es so weit! Pfarrer Markus Manter wurde zum Stetter Bock geschlagen. Umrahmt von der Feuerwehrkapelle Stetten a. k. M. und Klaus Kistner an der Orgel fand dieser Gottesdienst seine musikalischen Höhepunkte. Bei den Klängen zum Bockwalzer konnte sich keiner mehr in den Kirchenbänken halten. Dass Bockmilch sehr lecker schmeckt, stellte auch der ev. Diakon Ulrich Aeschbach fest. Schön, wenn Kirche auch in der „fünften Jahreszeit“ die Menschen verbindet.



Foto: Gerd Feuerstein

Unsere Vereine berichten

Altenwerk St. Kolumban Schwenningen



Schwenninger Senioren

Am 04.03.2025 feierten die Senioren bei Lilli ihre Fasnacht. Der Alleinunterhalter Heinrich Krotz sorgte für eine gute Stimmung, es wurde kräftig geschunkelt und getanzt. Einige Seniorinnen sorgten mit ihren Beiträgen für Unterhaltung. Das Schwabenquartett überraschte uns mit einem sehr schönen Lied.

Das Organistionsteam Hans, Anna, Wilma

Deutsches Rotes Kreuz Ortsverein Heuberg-Donautal



Einladung zur Jahreshauptversammlung

Die Jahreshauptversammlung des DRK-Ortsvereins Heuberg-Donautal findet am **Freitag, 21. März 2025, um 19:00 Uhr, im Gasthaus STERNEN, Dorfstraße 10 in 72510 Stetten a.k.M.-Nusplingen** statt. Hierzu laden wir alle Mitglieder und Freunde des DRK recht herzlich ein.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Totenehrung
3. Jahresbericht des Ortsvereinsvorstandes
 - a) Bericht Vorsitzender
 - b) Bericht der Bereitschaftsleitung
 - c) Bericht Jugendleitung
 - d) Bericht der Wasserwacht
 - e) Bericht Schatzmeisterin
 - f) Bericht der Kassenprüfung
4. Aussprache zu den Berichten
5. Beschlussfassung über die Jahresrechnung 2024
6. Entlastung des Vorstands
7. Wahl der Kassenprüfer für das Geschäftsjahr 2025
8. Ehrungen und Verabschiedungen, Verpflichtung neuer Mitglieder
9. Grußworte
10. Verschiedenes - Wünsche – Anträge

Anträge zur Hauptversammlung müssen bis zum 14.3.2025 beim Vorsitzenden eingegangen sein.

Maik Lehn
Vorsitzender

Kirchenchor St. Kolumban Schwenningen



Einladung zum Benefizkonzert

MELODIEN VERBINDEN



DIE MUSIKTREIBENDEN
VEREINE AUS
SCHWENNINGEN
PRÄSENTIEREN

EINEN ABEND VOLLER MELODIEN

BENEFIZKONZERT

ZU GUNSTEN DER REHAKLINIK KATHARINENHÖHE

29. MÄRZ 2025
UM 18 UHR
ST. KOLUMBAN KIRCHE SCHWENNINGEN

MITWIRKENDE:
KINDERCHOR
JUGENDKAPELLE
MÄNNERGESANGSVEREIN
KIRCHENCHOR
MUSIKVEREIN



Plakat: Kirchenchor privat

Eintritt frei – Spendenerlös an die Kinder-Krebsnachsorgeklinik Katharinenhöhe.

Anschließend Bewirtung im Pfarrheim durch die KLJB



Musikverein Schwenningen e.V.

Einladung zur Generalversammlung

Förderverein des Musikvereins Schwenningen e. V.:

Am **Samstag, dem 15.03.2025** findet in der **Heuberggalerie Schwenningen** um **20.00 Uhr** die Generalversammlung des Geschäftsjahres 2024 statt.

Hierzu laden wir alle aktiven Mitglieder sowie Freunde und Gönner recht herzlich ein.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Jahresberichte
 - 2.1 Bericht des Vorsitzenden
 - 2.2 Bericht des Schriftführers
 - 2.3 Bericht des Kassiers
 - 2.4 Bericht der Jugenddirigentin
3. Diskussion der Berichte
4. Entlastung
5. Sonstiges

Wünsche und Anträge, betreffend der Tagesordnung, sind einen Tag vorher schriftlich bei der Vorstandschaft einzureichen.

gez.

Antonia Schwanz
1. Vorstand

Musikverein Schwenningen e. V.:

Am **Samstag**, dem **15.03.2025** findet in der **Heuberg Halle Schwenningen** die Generalversammlung des Geschäftsjahres 2024 statt, sie beginnt im Anschluss an die Generalversammlung des Fördervereins.

Hierzu laden wir alle aktiven, fördernden Mitglieder, Ehrenmitglieder sowie Freunde und Gönner recht herzlich ein.

Tagesordnung:

1. Totenehrung
2. Jahresberichte
 - 2.1 Bericht des Vorstandsvorsitzenden
 - 2.2 Bericht des Schriftführers
 - 2.3 Bericht des Kassiers
 - 2.4 Bericht des Dirigenten
 - 2.5 Diskussion
3. Entlastungen
4. Ehrungen
5. Sonstiges

Wünsche und Anträge, betreffend der Tagesordnung, sind einen Tag vorher schriftlich bei der Vorstandschaft einzureichen.

gez.

Adrian Stier **Adrian Deufel**
1. Vorstand **1. Vorstand**

Sportverein Schwenningen



Neues vom SVS

Herren:

Ergebnisse:

SGM Heuberg - SV Waldmössingen | 3:2
 Am vergangenen Sonntag startete unsere 1. Mannschaft erfolgreich in die Rückrunde.

Gegen den direkten Konkurrenten im Kampf um den Klassenerhalt konnte sich unsere SGM Heuberg mit 3:2 durchsetzen. Die Tore für die SGM schossen 2x Kevin Ritter und David Bücheler.

Kommende Spiele:

So.,16.03. 15:00 Uhr FC Onstmettingen - SGM Heuberg 2
 So.,16.03. 15:00 Uhr SV Dotternhausen - SGM Heuberg 1



TC Schwenningen

www.tc-schwenningen.de

Veranstaltung abgesagt



Leider nicht bei uns in Schwenningen

Foto: Kächeles

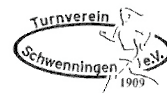
Seit einem Jahr lief der Vorverkauf für die Veranstaltung in der Heuberg Halle und nicht einmal 100 Tickets wurden verkauft.

Aufgrund der geringen Nachfrage mussten wir jetzt kurzfristig die Notbremse ziehen und vom Vertrag mit den Kächeles zurücktreten.

Wer also eines der wenigen Tickets erworben hat, kann dieses bei der entsprechenden Verkaufsstelle, wo das Ticket erworben wurde, zurückgeben und bekommt den Kaufpreis erstattet.

Wir bitten um Verständnis.

Euer TCS



Turnverein Schwenningen

Einladung zur Generalversammlung am Samstag, dem 5. April 2025

Zur nächsten Generalversammlung für das Geschäftsjahr 2024 des Turnvereins lade ich alle Mitglieder sowie Freunde und Gönner unseres Vereins recht herzlich ein.

Die Sitzung findet am **Samstag, dem 5. April, um 19.00 Uhr im Gasthaus Adler** statt.

Tagesordnungspunkte:

1. Begrüßung
2. Totenehrung
3. Berichte:
 - 1. Vorsitzende
 - Schriftführer
 - Gesamtabteilungsleiter
 - Kassierer und Kassenprüfung
4. Aufklärung & Fragen
5. Entlastung
6. Wahlen
7. Wünsche und Anträge
8. Verabschiedungen und Ehrungen
9. Termine 2025

Anträge müssen bis zum 23.3.2025 schriftlich bei der Geschäftsstelle (kontakt@tv-schwenningen.de) des Turnvereins eingegangen sein.

Gez. Jennifer Haselmeier

1. Vorsitzende TV Schwenningen



Wasserschöpferzunft Schwenningen e.V.

Am Aschermittwoch ist alles vorbei ...

Der Narrenbaum ist gefällt und eine lange Fasnetssaison mit vielen Umzügen und Veranstaltungen liegt hinter uns. Der Höhepunkt des närrischen Treibens war die Dorffasnet mit dem Schmotzigen Donnerstag, dem Zunftball und dem farbenprächtigen Rosenmontagsumzug bei Kaiserwetter. Es wurde gesungen, geschunkelt, getanzt und gelacht.

Um all dies zu ermöglichen, waren viele fleißige Hände am Werk! Hiermit bedanken wir uns recht herzlich bei allen, die uns auf irgendeine Weise tatkräftig unterstützt haben: Bei den fleißigen Helfern vor und hinter den Kulissen, bei den Kuchenbäckern, den Spendern für die Tombola, den Akteuren bei den Auftritten, den Betreibern der Besenwirtschaften und auch allen, die an unseren Fasnetsveranstaltungen teilgenommen haben. Den Anwohnern, die den Lärm und eventuelle andere Unannehmlichkeiten ertragen mussten, gilt ebenfalls ein herzlicher Dank.

Wir freuen uns schon jetzt auf das nächste Jahr, wenn wir wieder alle zusammen feiern, mit einem fröhlichen:

Wasser-Schöpfer, Wasser-Schöpfer, Wasser-Schöpfer,
Gib Alles, Gib Alles, Gib Alles

Eure Federfuchserin Margit

Kinderkrabbel- und Spielgruppe (0 – 3 Jahre)

Krabbel Gruppe Schwenningen

Neuzugänge herzlich willkommen!

Pfarrheim Don Bosco
Schulstrasse 4
Schwenningen Heuberg

FÜR KINDER VON 0 – 3 JAHREN
MIT BEGLEITPERSON

DIENSTAGS
10:30 – 12:00 UHR
(AUSSER IN DEN SCHULFERIEN)

ZEIT FÜR FREIES SPIELEN, SINGEN UND AUSTAUSCH
Einstieg ist jederzeit möglich
Besuch kostenfrei

HIER GEHT'S ZUR WHATSAPP-GRUPPE

Wissenswertes/Aktuelles

Veranstaltungen des Naturpark Obere Donau



FÖJ am Haus der Natur in Beuron

Einsatz für Mensch und Natur – Freiwilliges Ökologisches Jahr im Haus der Natur in Beuron

Wie geht es nach dem Abi weiter? Diese Frage stellen sich Jahr für Jahr junge Menschen, die ihre Schulausbildung beenden. Für all diejenigen, die sich für unsere Umwelt engagieren möchten, gibt es mit dem Freiwilligen Ökologischen Jahr (FÖJ) eine interessante Möglichkeit. Das FÖJ ist ein Bildungsjahr, in dem sich junge Menschen zwischen 16 und 26 an einer Einsatzstelle für den Erhalt und Schutz unserer Natur einsetzen.

Im Haus der Natur in Beuron gibt es 3 FÖJ-Stellen. Seit vergangem September sind hier Inga Peters, Jessica Krüger und Julia Schlaak im Einsatz. „Ich wollte die Gelegenheit nutzen, um vor dem Studium praktische Erfahrungen zu sammeln und neue Blickwinkel kennenzulernen“, so Inga Peters, die es aus Berlin in das beschauliche Donautal gezogen hat. Ihre FÖJ-Kolleginnen stimmen ihr zu – selbst aktiv werden, sich dabei für die Umwelt einsetzen und nach der Schulzeit den Arbeitsalltag kennenlernen waren die ausschlaggebenden Punkte für ein FÖJ.

„Die Stelle im Haus der Natur war für mich vor allem wegen der vielfältigen Tätigkeitsbereiche interessant“, so Julia Schlaak. Denn der Alltag der FÖJ-Leistenden sieht immer ein wenig anders aus. Zu ihren Hauptaufgaben gehört die Betreuung der Ausstellung im Haus der Natur, wo sie Gästen bei ihren Fragen weiterhelfen. Aber auch die Arbeit im Shop, die Betreuung von Schulklassen beim Ausstellungsquiz, praktische Landschaftspflegearbeiten, das Zusammenstellen von Infopost, die Gestaltung des Jahresprogramms und vieles mehr steht auf ihrem Aufgabenplan. Am meisten gefallen den drei Freiwilligendienstleistenden dabei die Außeneinsätze, aber auch die vielfältigen Einblicke in Naturschutzthemen und das Kennenlernen der Region mit ihren Menschen.

Julia Schlaak hat sich für ein 6-monatiges FÖJ bis Mitte März entschieden, da sie danach noch verschiedene Praktika absolvieren möchte. Ihre beiden Kolleginnen sind noch bis Ende August im Haus der Natur tätig. Auch wenn das FÖJ noch nicht beendet ist, ziehen alle bereits jetzt ein positives Zwischenfazit. „Ich bin durch das FÖJ viel selbständiger geworden und habe Erfahrung darin gesammelt, meinen eigenen Alltag zu organisieren“, so Jessica Krüger. „Außerdem konnte ich mir Wissen zu unterschiedlichen Naturschutzthemen aneignen.“

Das FÖJ empfehlen die drei jungen Frauen allen Interessierten weiter. Für sie ist es ein Jahr mit vielfältigen Erfahrungen und eine gute Gelegenheit, vor Studium oder Arbeitsbeginn noch etwas anderes zu machen.

Wer sich für ein Freiwilliges Ökologisches Jahr im Haus der Natur in Beuron interessiert, kann sich ab sofort bewerben. Start des FÖJs ist im September. Freiwilligendienstleistende erhalten im Haus der Natur Einblick in 3 Organisationen: das Naturschutzzentrum Obere Donau, den Naturparkverein Obere Donau und die Bäuerliche Vermarktung Oberes Donautal eG. Weitere Informationen unter www.nazoberedonau.de sowie <https://ich-will-foej.de/> oder telefonisch unter 07466/92800.

Veranstaltungen Haus der Natur

Beuron. Wanderung ins Finstertal.

Mittwoch, 19. März, 14 Uhr (Anmeldung bis 18.03.)

Das Finstertal mit seinen Schluchtwäldern bietet im Sommer viel Schatten und angenehme Kühle. Im Frühjahr überrascht es hingegen mit den ersten farbenprächtigen Frühblüher, und wenn man Glück hat, lässt sich auch der zinnberrote Prachtbecherling, ein kleiner farbenfroher Pilz, links und rechts des Weges entdecken. Sofern die Witterung mitspielt, ist diese Wanderung am Mittwoch, dem 19. März, 14 Uhr als Rundweg konzipiert und dauert dann ca. 4 Stunden (ca. 12 km).

Treffpunkt: Parkplatz an der L277 in Langenbrunn

Leitung: Bernd Schneck

Gebühr: 4,- Euro

Anmeldung bis 18. März beim Haus der Natur, Telefon 07466/9280-0, info@nazoberedonau.de.

Beuron. Workshop Ätherische Öle für unsere Tiere.

Samstag, 22. März, 15 bis 17 Uhr (Anmeldung bis 17.03.)

Bei diesem Workshop am Samstag, 22. März, von 15 bis 17 Uhr zeigen Astrid Lübs und Sandra Palm, wie man ätherische Öle im Tierbereich anwendet und damit arbeiten kann. Tiere können somit sanft unterstützt werden. Anschließend werden Pflegemittel hergestellt.

Treffpunkt: Haus der Natur, Seminargebäude

Leitung: Astrid Lübs und Sandra Palm, Aromapraktikerinnen

Gebühr: 25,- Euro inkl. Skript und Material, Vorabzahlung

Anmeldung bis 17. März beim Haus der Natur, Telefon 07466/9280-0, info@nazoberedonau.de.

Fridingen. Gesundheitswandern im Naturpark.

Sonntag, 23. März, 10 bis 14 Uhr

Auf der Gesundheitswanderung am Sonntag, 23. März, von 10 bis 14 Uhr lernen die Teilnehmenden einfache Körper- und freie Atemübungen und eine gezielte Aufmerksamkeit kennen. Die Bewegung in freier Natur verbunden mit den Körper- und Atemübungen fördert eine differenzierte Körperwahrnehmung, verbessert die Beweglichkeit und Spannkraft, kräftigt und entspannt gleichzeitig die Muskulatur. Unterwegs lädt die Region mit ihren Naturschönheiten und herrlichen Ausblicken auf eine faszinierende Naturkulisse ein, durch gezielte Naturbetrachtungen die Sinne, das Bewusstsein und die Umgebung neu zu beleben.

Treffpunkt: Knopfmacherfelsen
 Dauer: ca. 3-4 Stunden
 Länge: ca. 5-8 km, ca. 200-400 Hm.
 Gebühren: 25,- Euro

Anmeldungen und Informationen bei der Naturparkführerin Simone Stoll, Telefon 0176 32673802, info@lebensschule-gesundheit.de

Veranstaltungen im Umland

Kreisjugendring Sigmaringen



Einladung zur Delegiertenversammlung des Kreisjugendrings Sigmaringen

Am **Donnerstag, dem 20. März 2025**, findet um **19:00 Uhr** die ordentliche **Delegiertenversammlung des Kreisjugendrings Sigmaringen** auf der **Ruine Hornstein, Burgstr. 28, 72511 Bingen** statt.

Die Versammlung ist öffentlich, und wir laden alle Interessierten herzlich ein – insbesondere die Delegierten und Mitglieder unserer Mitgliedsverbände.

Um die Planung unseres Gastgebers zu erleichtern, bitten wir um eine **vorherige Anmeldung** unter dem folgenden Link: <https://t1p.de/Delegiertenversammlung2025>

Für das leibliche Wohl ist mit einem kleinen Imbiss gesorgt.

Bei Fragen steht Ihnen die **Bildungsreferentin des Kreisjugendrings** gerne zur Verfügung:

Telefon: 07571/102 4273

E-Mail: anni.kramer@kjr-sigmaringen.de

Wir freuen uns auf Ihr zahlreiches Erscheinen und eine konstruktive Versammlung!

Kreisjugendring Sigmaringen

Caritasverband Sigmaringen

Psychosoziale Krebsberatungsstelle des Caritasverbandes Vortragsreihe „Ich bin mehr als der Krebs ... mein Wissen, mein Körper, meine Selbstbestimmung!“

Unter diesem Titel stellt das Team der Psychosozialen Krebsberatungsstelle des Caritasverbandes Sigmaringen dieses Jahr ihre Vorträge und Veranstaltungen, zu denen sie Betroffene, Angehörige und Interessierte einlädt.

Die Reihe beginnt am 20.03.2025 um 18 Uhr mit einem Vortrag von Frau Emilia Wozniak, Chefärztin der Gynäkologie und Geburtshilfe am SRH-Klinikum Sigmaringen. Sie beschäftigt sich mit den Krebserkrankungen einer Frau und rückt hierbei den Brustkrebs in den Fokus. In ihrem Vortrag wird sie insbesondere über Diagnostik sowie aktuelle und neue Behandlungsmöglichkeiten bei Brustkrebserkrankungen referieren. Anschließend wird Frau Jessica Roth, Breast Care Nurse am SRH-Klinikum Sigmaringen, einen kurzen Einblick zur Früherkennung von Brustkrebs geben. Dazu gehört das Mammographie-Screening und eine Anleitung zur Selbstuntersuchung der Brust. Beim Abtasten von Silikonmodellen haben dabei die TeilnehmerInnen die Möglichkeit, selbst ihre Wahrnehmung zu schulen.

Am 08.04.2025 um 18 Uhr findet die Vortragsreihe mit der Apothekerin Tatjana Buck als Referentin ihre Fortsetzung. Unter dem Titel „Orale Krebstherapie: Selbstbestimmt handeln, sicher einnehmen!“ veranschaulicht die Referentin, wie eine Krebstherapie sicher und selbstbestimmt in den Alltag integriert werden kann. Im Vortrag der Apothekerin erfahren die TeilnehmerInnen, wie sie ihre Medikamente richtig einnehmen, Wechselwirkungen vermeiden und Nebenwirkungen frühzeitig erkennen können.

Ein besonderer Schwerpunkt des Vortrags liegt auf der pharmazeutischen Dienstleistung „Orale Antitumorthherapie“, einer individuellen, von der Apotheke begleiteten Betreuung. Diese hilft, die ärztlich verordnete Therapie optimal umzusetzen und wird sowohl von der gesetzlichen als auch der privaten Krankenversicherung übernommen. So kann die Apotheke Betroffene während der oralen Krebstherapie bestmöglich unterstützen.

Die Vorträge finden jeweils in den Räumlichkeiten der Psychosozialen Krebsberatungsstelle in der Laizer Straße 1 in 72488 Sigmaringen statt. Der Eintritt ist frei. Um vorherige Anmeldung wird gebeten unter Telefonnummer 07571/7296450 oder per E-Mail an krebsberatung@caritas-sigmaringen.de.

Weitere Informationen zu den geplanten Veranstaltungen und regelmäßig stattfindenden Gruppenangeboten erhalten Sie bei der Psychosozialen Krebsberatungsstelle des Caritasverbandes Sigmaringen oder unter www.caritas-sigmaringen/psychosoziale-krebsberatungsstelle.

Maschinenring Alb-Oberschwaben e. V., Hauptstraße 17, 88356 Ostrach

Der Maschinenring Alb-Oberschwaben e. V. lädt alle Mitglieder zu seiner Jahreshauptversammlung ein.

Die Versammlung findet am **Donnerstag, dem 27. März 2025 um 19:30 Uhr** im Dorfgemeinschaftshaus, Saulgauer Straße 4 in 88361 Boms statt.

Tagesordnung:

1. Geschäftsbericht 2024
2. Kassenbericht 2024
3. Kassenprüfbericht
4. Entlastung von Vorstand und Geschäftsleitung
5. Wünsche, Anträge, Verschiedenes

Im Anschluss wünschen wir gute Unterhaltung mit Elke Pelz-Thaller, selbst Bäuerin auf einem Aussiedlerhof in Oberbayern und ausgebildete Persönlichkeitstrainerin.

Zu Beginn der Veranstaltung laden wir Sie um 19.30 Uhr zu einem Vesper ein und bitten um pünktliches Erscheinen.

Zur besseren Planung bitten wir um **vorherige Anmeldung bis spätestens 17.03.2025** unter Tel.: 07585/9307-0, E-Mail: info@mr-ao.de

Ihr Maschinenring Alb-Oberschwaben e. V.

Die BLHV-Landsenioren informieren!

Der Landseniorenverband Südbaden e. V. im BLHV feiert am **Sonntag, 6. April 2025, sein 25-jähriges Jubiläum** im Gemeindegemäuer in Meßkirch (Ortsteil Heudorf).

Zu unserer Jubiläumsfeier laden wir Euch recht herzlich ein. Einlass ist um 13:15 Uhr mit Kaffee und Kuchen. Offizieller Beginn ist um 14:00 Uhr. Auf dem Programm stehen unter anderem eine Gesangseinlage von Frau Doris Eichkorn mit anschließender Begrüßung von Präsident Hermann Ritter folgend mit einem Wort in den Tag von Pfarrer Peter Schock, Festrede von BLHV-Ehrenpräsident Werner Rapp, Zeitreise von der Gründung bis zum Jubiläum durch Geschäftsführer Armin Zumkeller, Ehrungen sowie Schlusswort und Danksagungen von Vizepräsident Hermann Keller und Bezirksvorsitzender Ewald Nübel. Gegen ca. 16:30 Uhr endet der offizielle Teil und wir gehen dann zum gemütlichen Teil mit kleinem Imbiss und Austausch in lockerer Atmosphäre über. Wir, Ewald Nübel (Bezirksvorsitzender der Landsenioren) und Armin Zumkeller (Geschäftsführer der Landsenioren), freuen uns heute schon, diesen Meilenstein in der Gemeinschaft der Landsenioren und Landseniorinnen mit Euch zu feiern und Euch an unserem Jubiläum begrüßen zu dürfen.

Sonstiges

Internetkriminalität: Hilfe für den Ernstfall

Neues Online-Tool der Verbraucherzentralen

Eine Erpressermail im Postfach? Betrug auf einer Second-hand-Plattform? Oder plötzlich vom eigenen Account ausgesperrt? Cybercrime kann jeden treffen. Damit Betroffene möglichst schnell wieder die Kontrolle zurückerhalten, bieten die Verbraucherzentralen verschiedene Online-Tools auf www.verbraucherzentrale.de/internetkriminalitaet-notfallcheck an. Verbraucherinnen und Verbraucher können dort eingeben, was passiert ist, und erhalten am Ende eine Checkliste mit konkreten Handlungsmöglichkeiten.

Von Fakeshops, unseriösen Online-Shops über Abzocke auf Zweitmarkt-Plattformen bis hin zu Drohung, um Geld zu erpressen – der neue Notfall-Check der Verbraucherzentralen deckt zahlreiche Formen der Internetkriminalität ab und beantwortet die zentrale Frage, die sich Betroffene im Ernstfall stellen: ‚Was soll ich jetzt machen?‘. ‚In solchen Situationen einen klaren Kopf zu bewahren, ist meist nicht einfach. Genau hier setzt unser Tool an – es hilft, die Situation einzuordnen und die richtigen Schritte einzuleiten‘, sagt Oliver Buttler, Rechtsexperte der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg.

Schnelle Hilfe wichtiger denn je

‚Wir beobachten, dass Betrugsversuche immer schwerer zu durchschauen sind‘, sagt Buttler. ‚Verbraucherinnen und Verbraucher werden beispielsweise beim Online-Shopping weg von der Zweitmarkt-Plattform auf eine täuschend echt nachgebaute Seite geleitet. Geben sie dort Ihre Zahlungsdaten ein, verlieren sie oft viel Geld.‘ Wer vermutet, Opfer solch einer Masche geworden zu sein, erhält mit dem kostenfreien Notfall-Check schnell Unterstützung: ‚Ratsuchende beantworten einige Fragen zu ihrem konkreten Problem und bekommen dann sofort eine Einordnung sowie einen Handlungsleitfaden‘, erklärt Buttler. Dieser empfiehlt je nach Fall, sich umgehend an die eigene Bank zu wenden und zu versuchen, die Buchungen zu stoppen. Außerdem sollte Strafanzeige erstattet und der Account bei der betroffenen Plattform gemeldet werden. Die passenden Kontaktmöglichkeiten der jeweiligen Plattformen oder des jeweiligen Anbieters gibt der Notfall-Check ebenfalls an. ‚Das spart oft wertvolle Zeit, denn häufig sind die nötigen Kontaktdaten nur schwer zu finden‘, betont der Experte. Zusätzlich liefert das Tool Tipps, wie sich Betrugsaschen künftig erkennen und vermeiden lassen.

Der kostenfreie Notfall-Check, Internetkriminalität und weitere Infos zum Schutz vor Online-Betrug auf www.verbraucherzentrale.de/internetkriminalitaet-notfallcheck.

Energieagentur Oberschwaben

Energietipp: Wärme optimal verteilen

Damit Ihre Heizkörper effizient arbeiten, sollten sie frei zugänglich sein. Oft wird die Wärmeverteilung durch Möbel oder Abdeckungen behindert – das lässt den Raum länger kühl bleiben und kostet unnötig Energie. Achten Sie darauf, dass die Heizkörper genügend Platz haben, damit sich die Wärme gleichmäßig ausbreiten kann. Nutzen Sie außerdem Vorhänge oder Rollläden: Wenn Sie diese abends schließen, bleibt die Wärme im Raum und die Kälte draußen. So sparen Sie Heizkosten, ohne an Komfort einzubüßen. Kombinieren Sie das mit regelmäßigem Stoßlüften, um Feuchtigkeit und kalte Luft schnell loszuwerden. Ein warmer Raum – effizient beheizt!

Übrigens: Die Energieagentur Oberschwaben und Energieberatung der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg bieten kos-

tenlose Tipps zum Stromsparen an. Terminvereinbarung unter 0751 764 70 70 oder unter 0800 809 802 400 (kostenfrei). Einfach nachfragen und doppelt sparen – für den Geldbeutel und die Umwelt!

SVLFG informiert

Ausreichend trinken für optimale Leistungsfähigkeit

Eine der einfachsten und effektivsten Maßnahmen, die Nierengesundheit zu unterstützen, ist ausreichend Trinken.

Wasser spielt eine entscheidende Rolle für die Leistungsfähigkeit unseres Körpers. Es hilft nicht nur dabei, Giftstoffe aus dem Körper zu spülen, sondern unterstützt auch die Funktion der Nieren, die als „stille Schaffer“ unermüdlich das Blut reinigen.

Kostenfreies Angebot der SVLFG

„Auftanken schafft Leistungskraft – So trinken Sie sich fit“, ist ein kostenfreies Workshop-Angebot der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) für versicherte Betriebe. Sie kommt mit dem Thema direkt in die Betriebe. Im Workshop wird das richtige Trinkverhalten interaktiv vermittelt und es werden Werkzeuge an die Hand gegeben, um es auch bei schwierigen Voraussetzungen ohne großen Aufwand in den Arbeitsalltag zu integrieren. Mehr Informationen hierzu bietet die SVLFG auf ihrer Internetseite unter:

www.svlfg.de/gesund-verpfllegt-im-arbeitsalltag

Warum ist ausreichendes Trinken so wichtig?

Die Nieren regulieren den Wasser- und Salzhaushalt im Körper. Sie filtern täglich etwa 180 Liter Blut und entfernen dabei Abfallstoffe sowie überschüssiges Wasser. Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist daher unerlässlich, um diese lebenswichtigen Funktionen aufrechtzuerhalten.

Leistungsfähigkeit und Flüssigkeitszufuhr

Eine gute Flüssigkeitszufuhr ist nicht nur für die Nieren wichtig, sondern auch für die allgemeine Leistungsfähigkeit. Dehydration kann Müdigkeit, Konzentrationsschwäche und eine verminderte körperliche Leistungsfähigkeit zur Folge haben. Studien haben gezeigt, dass bereits ein geringer Flüssigkeitsverlust zu geistigen und körperlichen Beeinträchtigungen führen kann.

Tipps für eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr

- Regelmäßig über den Tag verteilt Wasser trinken, auch wenn kein Durst verspürt wird!
- Wasser ist die beste Wahl, um den Flüssigkeitsbedarf zu decken. Zuckerhaltige Getränke, Energy-Drinks und Alkohol vermeiden!
- Eine Ernährung mit wasserreichen Lebensmitteln, zum Beispiel Obst und Gemüse, sorgt für zusätzliche Flüssigkeitsaufnahme.
- Erinnerungen setzen, zum Beispiel mit einem Aufkleber, um sich ans Trinken zu erinnern – besonders in stressigen Zeiten.

SVLFG

Rauchmelder retten Leben

