

# Mitteilungsblatt



## Gemeinde Sigmaringendorf

21. Februar 2025

Ausgabe Nummer 8

### Aufruf zur Bundestagswahl

Am kommenden Sonntag, 23. Februar 2025 findet die Wahl zum Deutschen Bundestag statt.

**Die Wahllokale sind von 08:00 bis 18:00 Uhr geöffnet.**

Jeder Wahlberechtigte hat einen Wahlbenachrichtigungsbrief erhalten, auf dem vermerkt ist, in welchem Wahllokal er seine Stimme abgeben kann:

Wahlbezirk 001	Sigmaringendorf I ( <b>Foyer Sporthalle Bohl</b> )
Wahlbezirk 002	Sigmaringendorf II (Sporthalle In der Au)
Wahlbezirk 003	Laucheral (Schule Laucheral)

**Bitte beachten Sie unbedingt, dass sich aufgrund einer Faschnachtsveranstaltung in der Festhalle das Wahllokal für den Wahlbezirk 001 im Foyer der Sporthalle Bohl befindet.**

Jeder Wahlberechtigte hat eine Erststimme und eine Zweitstimme. Die Stimmzettel werden im Wahllokal bereitgehalten. Es werden keine Wahlumschläge verwendet. Die Stimmzettel sind daher vor Verlassen der Wahlkabine in der Weise zu falten, dass das Wahlgeheimnis nicht verletzt wird.

**Es sind alle Wahlberechtigten aufgerufen von dem vornehmsten und wichtigsten Recht, das uns unsere freiheitliche Demokratie bietet, Gebrauch zu machen!**

#### Hinweise zur Briefwahl:

Wahlscheine können bis **21.02.2025 spätestens 15:00 Uhr** im Rathaus Sigmaringendorf beantragt werden. Im Falle nachweislicher plötzlicher Erkrankung, die ein Aufsuchen des Wahlraumes nicht oder nur unter nicht zumutbaren Schwierigkeiten möglich macht, kann der Antrag noch bis zum Wahltag 15:00 Uhr gestellt werden. Versichert ein Wahlberechtigter glaubhaft, dass ihm der beantragte Wahlschein nicht zugegangen ist, kann bis zum Tag vor der Wahl (22.02.2025), 12:00 Uhr ein neuer Wahlschein ausgestellt werden. Wer ein Antrag für einen anderen stellt, muss durch Vorlage einer schriftlichen Vollmacht nachweisen, dass er dazu berechtigt ist. Bitte beachten Sie bei der Briefwahl die Hinweise auf den überlassenen Unterlagen. Außerdem ist ganz wichtig: die Wahlbriefe müssen am Wahlsonntag, 23.02.2025 bis zum Ende der Wahlzeit (18:00 Uhr) im Rathaus eingegangen sein. Für die rechtzeitige Rücksendung müssen die Briefwählerinnen und Briefwähler selbst sorgen.

Wichtige Rufnummern	Telefon
<b>Polizei</b>	1 10
<b>Feuerwehr/Notarzt/Rettungsdienst</b>	1 12
<b>Krankentransport</b> (bei Anwahl mit Mobil-Tel. nur mit Vorwahl möglich!)	1 92 22
<b>Rathaus</b> E-Mail: bmvorzimmer@sigmaringendorf.de	73 05-0
<b>Donau-Lauchert-Schule</b> Sigmaringendorf	64 58 09-0
<b>Kinderhaus Sigmaringendorf</b>	34 95
<b>Kinderhaus Lauchertthal</b>	1 40 78
<b>Forstrevier Sigmaringendorf-Scheer</b> Herr Meikis, E-Mail: tobias.meikis@lrasig.de	07571 / 102-2519
<b>Sozialer Förderverein Nachbarschaftshilfe</b> Fr. Metzger Fr. Schäuble	4753 1 43 76
<b>SENOVA Sozialstation Haus Löwen</b> Weingartenstraße 4, 72517 Sigmaringendorf Rund-um-die-Uhr Telefon: SENOVA Tagespflege	07571 / 5 25 20 07571 / 5 25 20
<b>Seniorenbetreuung Haus Löwen</b> - Wohngemeinschaft - Entlastungsleistungen Weingartenstraße 4, Sigmaringendorf Fr. Roßknecht	07571 / 45 24
<b>Sozialstation Thomas Geiselhart</b> Leopoldplatz 1, 72488 Sigmaringen rund-um-die-Uhr Telefon:	0 75 71 / 72 99 70
<b>Malteser Hilfsdienst Sigmaringen</b> ab 19.00 Uhr	74 85-0 01 71 / 7 62 56 21
<b>Sozialstation Vinzenz von Paul</b> Josefinenstr. 2/1 · 72488 Sigmaringen Rund-um-die-Uhr Telefon:	07571 / 7412-50
<b>Beratungsstelle Demenz</b> Bahnhofstr. 5, 72488 Sigmaringen, Öffnungszeiten: Di. 11-12 Uhr, Do. 16-18 Uhr o. nach telef. Vereinbarung: Auch Hausbesuche sind möglich.	07571 / 7412-44
<b>Ambulanter Pflege- und Betreuungsdienst Sekunda</b> Grund- und Behandlungspflege, professionelle Betreuung bei Demenzerkrankung, Hauswirtschaftliche Versorgung, Beratung und Anleitung für pflegende Angehörige. Habsthaler Str. 1, Krauchenwies	07576 / 7643
<b>Sozialstation des Deutschen Roten Kreuzes</b> (rund um die Uhr) (Büro)	01 71 / 2 87 50 65 74 23-26
<b>Biloba Häusliche Kranken- u. Altenpflege Sigmaringen</b>	075 71 / 6852414
<b>St. Anna Hilfe gGmbH</b> Sozialstation Scheer	24 Std. Tel. 075 72 / 76293
<b>Störungsdienst bei Gasgeruch</b> <b>Störungsdienst der EnBW</b>	08 00 / 0 82 45 05 08 00 / 36 29-477
<b>Caritasverband Sigmaringen</b> - Erziehungsberatungsstelle - Psychologische Beratung für Eltern, Kinder u. Jugendliche Fidelisstr.1 , 72488 Sigmaringen - Termine nach telef. Vereinbarung, E-Mail: erziehungsberatung@caritas-sigmaringen.de	07571 / 7301-60
<b>Beratungsstelle häusliche Gewalt (BhG)</b>	07571 / 7301-0
<b>Sigmaringer Tafel</b> geöffnet: Di. + Do. von 15.00 - 17.00 Uhr	
<b>Interdisziplinäre Frühförderstelle</b> für den Landkreis Sigmaringen <b>Mariaberger Fachkliniken gGmbH</b> - Sprechzeiten nach Vereinbarung Antonstraße 20, 72488 Sigmaringen	07571 / 7486-7019

Wichtige Rufnummern	Telefon
<b>Praxis für Ergotherapie</b>	07571 / 7486-7010
<b>Pflegestützpunkt Landkreis Sigmaringen</b> Beratung für hilfe- und pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige Hofstraße 12, 88512 Mengen, E-Mail: pflegestuetzpunkt@lrasig.de <b>Öffnungszeiten:</b> vormittags: Mo.-Do. 09.30-11.30 Uhr, nachmittags: Do. 16.00-17.30 Uhr Um Terminvereinbarung wird gebeten.	07572 / 7137-372 sowie -368 und -431
<b>Psychosoziale Beratungsstelle</b> Laizerstraße 1, 72488 Sigmaringen <b>Öffnungszeiten</b> von Mo. - Fr.: 9.00 - 12.00 Uhr weitere Sprechzeiten nach Vereinbarung.	07571 / 72965-50 oder - 52
<b>Beratung HIV/AIDS</b> und andere sexuell übertragbare Krankheiten Donnerstags ab 14.30 Uhr nach Terminvergabe. Termine werden anonymisiert unter der Telefonnummer 07571/102 6401 vergeben. Landratsamt Sigmaringen - Fachbereich Gesundheit Hohenzollernstraße 12, 72488 Sigmaringen	07571 / 1026415
<b>IBB-Stelle mit Patientenfürsprecherin</b> im Landkreis Sigmaringen Beratung für psychisch Erkrankte und ihre Angehörigen Sprechstunde jeden Donnerstag im Monat (nach telefonischer Terminvereinbarung)	07571 / 7301-55
<b>Familiengesundheitszentrum</b> – guter und gesunder Start Hebammensprechstunden und Fachstelle für Frühe Hilfen „Familie am Start“ Information, Unterstützung und Beratung für Familien rund um die Geburt bis zum Leben mit dem Kind. Leopoldstraße 4, 72488 Sigmaringen www.landkreis-sigmaringen.de/fgz	07571 / 102-4209
<b>Kinderschutzbund Kreisverband Sigmaringen</b> Ansprechpartner für Eltern, Kinder und Jugendliche Bahnhofstr. 3, info@kinderschutzbund-sigmaringen.de	7571 / 683028,
<b>Weisser Ring</b> Opferschutz-Opferrechte-Opferhilfe, Außenstelle Sigmaringen	0151 / 55164829
<b>Sozialverband VdK</b> - Unterstützung im Sozialrecht, z.B. Schwerbehinderung, Rente, Pflege, Arbeitsunfähigkeit Kreisverband Sigmaringen, Josefinenstr. 3, 72488 Sigmaringen. <b>Öffnungszeiten</b> Sozialrechtsschutz gGmbH: Mo-Do, 09.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 15.30 Uhr, Fr. 09.00 - 12.00 Uhr Sprechtag: Di. 09.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 15.30 Uhr nur nach telefonischer Vereinbarung	07571 / 7438980
<b>Öffnungszeiten</b> des Kreisverbandes: Mo. 09.00 - 11.00 Uhr, Fr. 14.00 - 17.00 Uhr	07571 / 7474528 Fax 07571 / 7474530
<b>Tafel Sigmaringen</b> Anschrift: Am Dettinger Berg 4, 72488 Sigmaringen. <b>Öffnungszeiten:</b> Dienstag von 10:00 bis 12:30 Uhr, Samstag von 9:30 bis 11:30 Uhr Spendenannahme an den Öffnungstagen von 6:00 Uhr bis 11:30 Uhr Ansprechpartner: Uwe Müller	0162 / 2860681

## Änderung Redaktionsschluss

Wegen „Schmotzigen Dunnschtig“ am 27.02.2025 wird der Redaktionsschluss für die Ausgabe Nr. 9 auf Montag, 24.02.2025, 10.00 Uhr vorverlegt.

Das Amtsblatt erscheint am Mittwoch, den 26.02.2025.

## Einladung

### zum Strohmatreiba am Schmotzige Donschdig



#### Liebe Kinder, Eltern, Großeltern und Bevölkerung

Das Strohmanntreiben ist eine jahrhundert Jahre alte Tradition, das wir fasnachtstreibenden Vereine durch unsere Teilnahme ab dem Gasthaus Krone unterstützen und erhalten möchten. Es würde uns freuen, wenn auch Ihr durch Eure Teilnahme oder Sie durch Ihren **Besuch am Straßenrand der Laucherthalerstraße und am Hirschplatz** diese Tradition unterstützen und dem Strohmann die nötige Motivation für seinen Weg geben würden.

**Das Strohmanntreiben beginnt am Donnerstag für alle Kinder um 14.00 Uhr am Gasthaus „Beim Rinderwirt“. Um ca. 14.30 Uhr wird der Strohmann am „Gasthaus Krone“ eintreffen.**

**Wir werden ab diesem Punkt den Strohmann und seine Treiber bis zum Hirschplatz begleiten.**

Auf Ihre Unterstützung freuen sich der ausrichtende Jahrgang, Ledigengesellschaft, Donauhexen, Strohmannzunft und Musikverein



**Samstag, 22.02.2025**

**Gänsemarsch mit Mottowagen**  
durch Sig'dorf

Beginn: 14:00 Uhr an der Krone  
**Schmelzeball in der Donau-Lauchert-Halle**  
(20:00 Uhr)

**Auseliga Donnerstag, 27.02.2025**

Schülerbefreiung, Schlüsselübergabe und  
Narrenbaumsetzen, Strohmanntreiben,  
Kaffeekränzle, Laucherthaler Zigeunerlager

**Samstag, 01.03.2025**

**Bürgerball in der Donau-Lauchert-Halle**  
(20:00 Uhr)

**Sonntag, 02.03.2025**

**Bräuteln** in Laucherthal (11:00 Uhr)  
**Kinderball** für alle Kinder  
in der Donau-Lauchert-Halle (14:00 Uhr)

**Rosenmontag, 03.03.2025**

**Weißherbsttrinken** im Schützenhaus  
ab (15:00 Uhr)

**Dienstag, 04.03.2025**

**Bräuteln** an der Donau-Lauchert-Halle  
Beginn: 09:30 Uhr  
am Festplatz hinter der Halle  
**„Kehraus im Hirsch“** in der  
Donau-Lauchert-Halle,  
Beginn ab 18:30 Uhr

**Mittwoch, 05.03.2025**

**Fasnetsvergraben**  
Beginn: 19:00 Uhr an der Pizzeria „Penisola“

*Fasnachts-*



*Gesellschaft*

*Laucherthal e.V.*

***Schmelzeball***

**am**

**22. Feb. 2025**

**20.00 Uhr in der**

**Donau-Lauchert-Halle**

**Sigmaringendorf**

**mit Buntem Programm**

**Tombola**

**und anschließend Tanz mit**

***DJ-Magge***

## Sonntagsdienst Ärzte und Apotheken

### Ärztlicher Notfalldienst Sigmaringen

☎ 116 117

### Kinderärztlicher Notfalldienst

Kinder- und Jugendärztliche Notfallpraxis  
Singen, Virchowstraße 10, 78224 Singen  
- Vorortbesuch -

Sonn- und Feiertags: 10:00-12:00 Uhr / 16:00-19.00 Uhr

### Notdienstsprechstunde im Zollernalb Klinikum

Friedrichstraße 37, 72458 Albstadt, ☎ 116 117

samstags 10 bis 13 Uhr und 14 bis 18 Uhr

## Apotheken

**Freitag, den 21.02.2025**

Donau Apotheke, Hindenburgstraße 10, Riedlingen,

☎ 07371/129333

**Samstag, den 22.02.2025**

Apotheke Leopold, Leopoldplatz 3, Sigmaringen, ☎ 07571/13665

**Sonntag, den 23.02.2025**

Marien Apotheke, Hauptstraße 78, Mengen, ☎ 07572/1020

## Tierarzt

**Samstag, den 22.02.2025 und Sonntag, den 23.02.2025**

Dr. Metzger u. Kollegen, Schulhof 5, Sigmaringen, ☎ 7492260

**Wir sind für Sie da**

Gemeinde Sigmaringendorf



☎ 07571/7305-0,

✉ [bmvorzimmer@sigmaringendorf.de](mailto:bmvorzimmer@sigmaringendorf.de)

[www.sigmaringendorf.de](http://www.sigmaringendorf.de)

### Unsere Öffnungszeiten:

Montag: 8.00 - 12.00 Uhr nachmittags geschlossen

Dienstag: vormittags geschlossen 14.00 - 16.30 Uhr

Mittwoch: 8.00 - 12.00 Uhr 14.00 - 16.30 Uhr

Donnerstag: 8.00 - 12.00 Uhr 14.00 - 18.00 Uhr

Freitag: 8.00 - 13.00 Uhr

## Entsorgungstermine

**Mittwoch, 26.02.2025 - Gelber Sack**

## Fundbüro

Es wurden verschiedene Kleidungsstücke und Schlüssel (Fundort: Hexenjubiläum) und Handy (Fundort: Tankstelle) abgegeben, nähere Auskünfte im Bürgerbüro unter der Tel. Nr. 7305-25.

## Unerwartet hoher Wasserverbrauch

Jedes Jahr mit der Jahresendabrechnung wird von manchen Kunden festgestellt, dass aufgrund einer hohen Nachzahlung ein unerwartet hoher Wasserverbrauch angelaufen ist. Grund hierfür sind Wasserverluste die während des Jahres nicht bemerkt werden.

Die Gemeinde Sigmaringendorf empfiehlt daher die ganzjährige regelmäßige Kontrolle des Wasserzählerstandes, um Unregelmäßigkeiten frühzeitig zu erkennen. Lesen Sie am besten monatlich Ihren Zählerstand ab und notieren Sie diesen. Damit können Sie schnell feststellen, ob der Wasserverbrauch normal oder ungewöhnlich hoch ist. Ein wichtiger Hinweis, dass etwas nicht in Ordnung ist, liefert das Rädchen im Wasserzähler, wenn es sich ständig dreht.

Die Überprüfung des Wasserzählers ist unkompliziert. Einfach alle Verbrauchsgeräte wie z.B. Waschmaschine, Spülmaschine oder Wasserhähne abstellen und keine Toilettenspülung tätigen, anschließend gezielt die Anzeige des Wasserzählers beobachten. Dreht sich das Kontrollrädchen weiter oder sind Fließgeräusche zu hören, sollten sich Kunden mit einem qualifizierten Innungsfachbetrieb in Verbindung setzen und den Schaden reparieren lassen, um eine hohe Wasserrechnung am Ende des Jahres zu vermeiden. Hauptverursacher für einen außergewöhnlichen hohen Wasserverbrauch sind in der Regel ein defekter Toilettenspülkasten, ein undichtes Ventil im Durchlauferhitzer der Heizung oder ein Rohrbruch in einer Gartenleitung.

## Öffentliche Sitzung des Gemeinderats

Am Montag, den **24.02.2025** findet um **19.00 Uhr** eine **öffentliche Sitzung des Gemeinderats im Foyer der Donau-Lauchert-Halle** statt.

### Tagesordnung:

1. Einwohnerfragestunde
2. Schaffung einer pädagogischen Fachkraftstelle (80%-100%) für die Schulkindbetreuung
3. Erweiterung Kinderhaus St. Meinrad Laucherthal um eine U3-Gruppe
  - Vergabe der Arbeiten –
  - a) Abbrucharbeiten
  - b) Erd- und Rohbauarbeiten
  - c) Holzbau- und Zimmererarbeiten, Klempnerarbeiten
  - d) Fenster, Aussentüren, Sonnenschutz
  - e) Elektroarbeiten
  - f) Heizung, Lüftung, Sanitär
4. Abwasserzweckverband Haushalt 2025
  - Vorberatung und Zustimmung Entwurf –
5. IGGS Jahresabschluss 2023
  - Beratung und Zustimmung Abschluss 2023 –
6. Durchführung eines Wochenmarktes
  - Beschluss einer Marktordnung –
7. Verschiedenes, Mitteilungen, Anfragen

Hierzu lade ich herzlich ein.

Dominik Mattes,  
Bürgermeister

## Öffentliche Sitzung des Technischen Ausschusses

Am **Montag, den 24.02.2025** findet um **18:45 Uhr** eine öffentliche Sitzung des Technischen Ausschusses im **Foyer der Donau-Lauchert-Halle** statt.

### Tagesordnung:

1. Baugesuche
  - 1.1 Neubau einer Umschlag- und Lagerhalle (BA VIII), Scheerer Straße 15-17, Flst. 393.407.394.404/3
  - 1.2 Verschiedenes, Mitteilung und Anfragen

Hierzu lade ich herzlich ein.

Dominik Mattes,  
Bürgermeister

## Landkreis Sigmaringen

### Online-Veranstaltung dreht sich um die rechtlichen Aspekte rund um den Wald

Bei einer Online-Veranstaltung am Mittwoch, 12. März, erhalten Privatwaldbesitzende und Waldbesuchende wertvolle Informationen zu den rechtlichen Aspekten rund um den Wald. Das Webinar mit dem Titel „Recht im Wald: Grundlagen in der Praxis“ findet von 18.30 bis 19.30 Uhr statt und behandelt praxisnahe Themen wie das Betretungsrecht des Waldes, den Zaunbau, die rechtlichen Pflichten von Waldbesitzenden sowie wichtige Hinweise für Waldbesucher.

Die Teilnahme ist kostenlos. Erforderlich ist eine Anmeldung beim Veranstalter, dem Fachbereich Forst des Landkreises Sigmaringen, bis Montag, 10. März, per E-Mail an [post.forst@irasig.de](mailto:post.forst@irasig.de) oder unter der Telefonnummer 07571 102-2510. Nach Anmeldeschluss erhalten die Teilnehmenden die Zugangsdaten für die Webex-Veranstaltung per E-Mail.

### Workshop zeigt die Zubereitung schneller Gerichte aus nur einem Topf

Im stressigen und vollgepackten Alltag, zwischen Arbeit, Hobbys und Familie, ist es oftmals nicht leicht, auf eine ausgewogene Ernährung zu achten und dafür lange in der Küche zu stehen. One-Pot-Gerichte sind dafür die perfekte Lösung. Wie sie zubereitet werden können, zeigt ein Workshop des Fachbereichs Landwirtschaft am **Freitag, 7. März, von 14.30 bis 17.30 Uhr, und am Montag, 10. März, von 16.30 bis 19.30 Uhr.**

Die Teilnehmenden bereiten einfache, leckere und nachhaltige Gerichte aus regionalen Zutaten in nur einem Kochgeschirr zu: im Topf, in der Pfanne oder auf dem Blech. Dazu sind alle Rezepte so konzipiert, dass möglichst keine Lebensmittelreste übrigbleiben.

Die Workshops finden statt in einer Lehrküche der Bertha-Benz-Schule, In der Talwiese 18 in 72488 Sigmaringen. Die Teilnahme kostet 12 Euro pro Person.



Erforderlich ist eine Anmeldung bis Sonntag, 2. März, über den Veranstaltungskalender des Landkreises im Internet unter [www.landkreis-sigmaringen.de/veranstaltungen](http://www.landkreis-sigmaringen.de/veranstaltungen) beziehungsweise über untenstehenden QR-Code. Im Veranstaltungskalender sind auch weitere Hinweise und ein Lageplan zu finden.

## Interaktive Karte zeigt still- und babyfreundliche Orte im Landkreis Sigmaringen

**Vor allem unterwegs kann das Stillen zu einer echten Herausforderung werden: Viele Mütter fühlen sich in der Öffentlichkeit beobachtet, befürchten unangemessene Reaktionen oder finden es schwierig, geeignete Rückzugsorte zu finden. Deshalb setzt sich das Familiengesundheitszentrum des Landkreises Sigmaringen dafür ein, still- und babyfreundliche Orte zu schaffen – mit zunehmendem Erfolg. Mehr als 25 solcher Orte sind inzwischen in einer interaktiven Karte und auf einer Übersicht des Landkreises zu finden.**

Zuletzt hatte das Familiengesundheitszentrum anlässlich der Weltstillwoche im Herbst 2024 einen Aufruf gestartet, um still- und babyfreundliche Orte im Landkreis zu finden. Daraufhin erklärten zahlreiche Geschäfte, Lokale und öffentliche Einrichtungen ihre Bereitschaft, stillfreundliche Rückzugsorte zu schaffen. Die teilnehmenden Einrichtungen sind mit speziellen Stickern gekennzeichnet. „Die positive Resonanz zeigt, wie wichtig es ist, solche Orte sichtbar zu machen“, sagt Clara Volk, Leiterin der Geschäftsstelle der Kommunalen Gesundheitskonferenz im Landkreis Sigmaringen. „Mit der interaktiven Karte möchten wir Familien unterstützen, damit sie unterwegs leichter eine geeignete Möglichkeit zum Stillen oder Füttern finden. Wir hoffen, dass sich weiterhin viele Einrichtungen beteiligen, um das Angebot weiter auszubauen.“ Stillen bietet viele gesundheitliche Vorteile für Mutter und Kind. In den ersten sechs Monaten wird empfohlen, Säuglinge ausschließlich zu stillen. Auch danach kann Stillen neben der Beikost eine wertvolle Ergänzung sein. Unterwegs hilft die interaktive Karte dabei, einen passenden still- und babyfreundlichen Ort zu finden. Abrufbar ist sie im Internet unter [giswelt.landkreis-sigmaringen.de/stillundbabyfreundlicheorte](http://giswelt.landkreis-sigmaringen.de/stillundbabyfreundlicheorte) beziehungsweise über untenstehenden QR-Code.

Darüber hinaus gibt es eine Liste der Orte zum Download unter [www.landkreis-sigmaringen.de/stillorte](http://www.landkreis-sigmaringen.de/stillorte). Interessierte Geschäfte, Gastronomiebetriebe oder andere öffentliche Einrichtungen, die sich als stillfreundlicher Ort registrieren lassen möchten, können sich weiterhin per E-Mail an [kgk@irasig.de](mailto:kgk@irasig.de) oder telefonisch unter 07571 102-6423 melden.



*Ein spezieller Sticker kennzeichnet teilnehmende Orte im Landkreis Sigmaringen als still- und babyfreundlich.*

## Andere Behörden und Institutionen

### Handwerkskammer Reutlingen

#### Freie Lehrstellen im Landkreis Sigmaringen für 2025/2026

Das Handwerk bietet jungen Menschen mit einer dualen Ausbildung **krisensichere Zukunftsperspektiven für den Start in die berufliche Karriere**. Aktuell sind für das Jahr 2025.

596 Lehrstellen in 389 Betrieben und für das Jahr 2026 bereits 4 Lehrstellen in 4 Betrieben veröffentlicht. Außerdem sind 85 Praktikumsplätze ausgeschrieben.

Für den **Landkreis Sigmaringen** sehen die Zahlen wie folgt aus: Für das Ausbildungsjahr 2025 sind aktuell 81 Lehrstellen in 63 Betrieben ausgeschrieben ([www.hwk-reutlingen.de/lehrstellensuche](http://www.hwk-reutlingen.de/lehrstellensuche)). In der Praktikabörse sind außerdem 14 Praktikumsplätze veröffentlicht.

Für 2025 werden im **Landkreis Sigmaringen** aktuell die meisten Auszubildenden in folgenden Berufen (jeweils m/w/d) gesucht: 4 Anlagenmechaniker, 1 Aufbereitungsmechaniker, 1 Augenoptiker, 2 Bäcker, 1 Bäckerfachwerker, 3 Baugeräteführer, 1 Bauzeichner, 11 Beton- und Stahlbetonbauer, 1 Dachdecker, 1 Elektroniker, 1 Fachhelfer für Reinigungstechnik, 1 Fachkraft für Lagerlogistik, 1 Fachkraft für Metalltechnik, 1 Fachpraktiker für Holzverarbeitung, 1 Fachpraktiker Maler und Lackierer, 1 Fachverkäufer im Lebensmittelhandwerk-Bäckerei, 1 Feinwerkmechaniker, 2 Friseur, 2 Gärtner, 1 Gebäudereiniger, 1 Glaser, Fenster- und Glasfassadenbau, 1 Hörakustiker, 1 Immobilienkaufmann, 2 Kaufmann für Büromanagement, 1 Konditor, 2 Kraftfahrzeugmechatroniker, 2 Land- und Baumaschinenmechaniker, 1 Maler- und Lackierer, 10 Maurer, 2 Metallbauer, 4 Straßenbauer, 5 Stuckateure, 7 Tischler/Schreiner und 7 Zimmerer.

### Erste Lehrstellenrallye im Stadtbereich Balingen / Mitmachangebot für alle Ausbildungsbetriebe

Wann: **27.03.2025**

Info: susanne.hammann@hwk-reutlingen.de

### SAVE THE DATE

#### – Ausbildungsfrühstück der Handwerkskammer Reutlingen

Themenschwerpunkt Fachkräfte mit Migrationshintergrund

25.02.2025 - Ausbildungsfrühstück Balingen

25.03.2025 - Ausbildungsfrühstück Freudenstadt

Anmeldung über: [ausbildung@hwk-reutlingen.de](mailto:ausbildung@hwk-reutlingen.de)

### Ihre Chance für Nachwuchswerbung

#### - Betriebe gesucht – machen Sie mit!

31.03.2025 – 25. April 2025 – Praktikumswochen Baden-Württemberg [www.praktikumswochen.de/regionen/baden-wuerttemberg](http://www.praktikumswochen.de/regionen/baden-wuerttemberg)

03.04.2025 – „Girls-Day – Mädchen-Zukunftstag“

[www.girls-day.de](http://www.girls-day.de)

## SRH Klinikum Sigmaringen

### Offener Spieleabend der Krankenhausseelsorge

#### Sigmaringen am 6. März 2025

Das Team der Krankenhausseelsorge im SRH Klinikum Sigmaringen lädt herzlich zu ihrem nächsten Spieleabend ein. Am **Donnerstag, 6. März 2025 um 18:00 Uhr haben Patient:innen und Interessierte auch außerhalb des Klinikums im Alter von 12 bis 99 Jahren** die Möglichkeit, für ein paar Stunden dem (Krankenhaus-)Alltag zu entfliehen und in netter Gesellschaft herzlich zu lachen.

Egal ob Brettspiele, Kartenspiele, Würfelspiele oder kreative Schreib- und Malspiele – die Auswahl ist vielfältig und Spiele sind zahlreich vorhanden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Wichtig ist allein die Freude am Spiel und am gemeinsamen Miteinander.

Die kostenfreie Veranstaltung findet im Büro der Krankenhausseelsorge im SRH Klinikum Sigmaringen (Hohenzollernstraße 40, 72488 Sigmaringen) statt.

Wir bitten um vorherige telefonische Anmeldung unter +49 162 2874278.

Wir freuen uns auf zahlreiche spielfreudige Teilnehmende und einen unvergesslichen Abend!

### MVZ-Praxis in Bingen bleibt bestehen

#### Ärztliche Versorgung übernehmen Dr. Margot Baar-Scheerer und Dr. Hans-Joachim Zotzmann zum 1. April 2025.

Aufatmen für die Patientinnen und Patienten in Bingen: Die dortige allgemeinmedizinische Praxis der SRH MVZ Landkreis Sigmaringen GmbH bleibt auch weiterhin bestehen. Aufgrund feh-

lender ärztlicher Besetzung hätte die Praxis eigentlich zum 17. April 2025 schließen müssen. Nun konnten die vakanten ärztlichen Stellen kurzfristig mit Dr. Margot Baar-Scheerer und Dr. Hans-Joachim Zotzmann besetzt werden.

Die Allgemeinmedizinerin und der Allgemeinmediziner werden zum 1. April 2025 übernehmen, womit ein reibungsloser Übergang sichergestellt ist. „Die beiden haben sich bei uns gemeldet und sich dazu bereiterklärt, das MVZ in Bingen fortzuführen. Ich bin sehr erleichtert und dankbar über dieses Angebot“, erklärt Peggy Hanisch, Geschäftsführerin der SRH MVZ Kliniken Landkreis Sigmaringen. „Dadurch können wir auch weiterhin die Versorgung der Bevölkerung sicherstellen, welche für uns oberste Priorität hat.“

Insgesamt werden in der Praxis im Quartal rund 1.500 Patientinnen und Patienten versorgt.



### Fasnet – Elektronische Fahrplanauskunft EFA/naldo-App

Der Verkehrsverbund naldo weist auf folgende Besonderheiten während der Fasnet (Donnerstag, 27. Februar bis Freitag, 7. März 2025) hin, an denen es ausschließlich bewegliche Ferientage gibt, welche die jeweiligen Schulen selbst und deshalb nicht einheitlich im naldo festlegen:

### Elektronische Fahrplanauskunft EFA/naldo-App

Aufgrund der beweglichen Ferientage können über die Elektronische Fahrplanauskunft EFA auf [www.naldo.de](http://www.naldo.de) und über die naldo-App keine verbindlichen Fahrplanauskünfte für Busse gegeben werden.

Da die Schulen individuell ihre beweglichen Ferientage nutzen, reagieren auch die Busunternehmen mit ihren Fahrplänen flexibel. Dies ist nicht datumsgenau in den Fahrplänen abgebildet. Ob die mit der Verkehrsbeschränkung „F“ bzw. „S“ gekennzeichneten Busse tatsächlich fahren, können daher nur die Schulen und die Busunternehmen selbst verbindlich sagen. Die Züge im naldo fahren nach dem gesetzlichen Ferienplan: Die Züge mit der Verkehrsbeschränkung „S“ fahren an Schultagen und an beweglichen Ferientagen, die Züge mit der Verkehrsbeschränkung „F“ fahren zu den genannten Ferienterminen. Ausnahmen sind explizit angegeben.

## Stiftung Liebenau

### Gastfamilien gesucht!

Haben Sie ein Zimmer oder eine kleine Wohnung frei? Haben Sie Freude am Umgang mit Menschen, und können Sie sich vorstellen, eine erwachsene Person bei sich aufzunehmen und im Alltag zu begleiten?

Wir suchen im Landkreis Sigmaringen engagierte Familien, Lebensgemeinschaften oder Einzelpersonen für Erwachsene, die eine Behinderung haben. Sie erhalten dauerhafte Begleitung und Unterstützung durch unseren Fachdienst sowie ein angemessenes Betreuungsentgelt.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Stiftung Liebenau, Betreutes Wohnen in Familien (BWF), Auf dem Hof 3, 88512 Mengen, Telefon: 07572 71373-44 -45, E-Mail: [edith.bochtler-walla@stiftung-liebenau.de](mailto:edith.bochtler-walla@stiftung-liebenau.de), [www.stiftung-liebenau.de/gastfamilie](http://www.stiftung-liebenau.de/gastfamilie)

## Fortbildung und Schule

### Agentur für Arbeit Balingen

#### Frauen und ihre Rente

Im Rahmen von „Frauen#Mittendrin“, einer **Veranstaltungsreihe der Agentur für Arbeit Balingen** für Frauen, geht es am Mittwoch, dem 12. März, um ein häufig vernachlässigtes Thema: die eigene Rente. **Die Veranstaltung findet von 10:00 bis 12:00 Uhr in der Agentur für Arbeit Balingen, Stingstraße 17, im BiZ-Gruppenraum statt.**

Die Erwerbstätigkeit von Frauen ist beispielsweise durch Kindererziehung oder Pflege von Angehörigen häufig unterbrochen oder reduziert. Fachleute der Deutschen Rentenversicherung informieren, wie sich Erziehungszeiten, Teilzeitarbeit und geringfügige Beschäftigung auf die spätere Rente auswirken.

Nähere Informationen zu dieser Veranstaltung gibt es unter 07433 951-304 oder Balingen.BCA@arbeitsagentur.de.

**Unter dieser E-Mail-Adresse sollten sich Interessierte auch bis spätestens 05. März anmelden. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos.**

Informationen zur gesamten Veranstaltungsreihe

Frauen#Mittendrin gibt es unter <https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/balingen/veranstaltungsreihen-frauen>.

#### Direkteinstieg Kita und mehr

Ausbildungen und Wege zum Berufsabschluss in der Kindererziehung

**Am 13. März berät Tanja Modica, Berufsberaterin im Erwerbsleben im Verbund Schwarzwald-Bodensee-Oberschwaben der Agentur für Arbeit**, im Rahmen der Veranstaltungsreihe Frauen#Mittendrin, von 10:00 bis 12:00 Uhr Frauen, die auf der Suche nach dem passenden Ausbildungsberuf sind oder sich beruflich (neu) orientieren möchten und Freude am Umgang mit Kindern haben.

Die Veranstaltung findet in Raum 29 in der Agentur für Arbeit Albstadt in der Zieglerstraße 7 statt. Sie informiert über die möglichen Ausbildungsgänge und das Projekt „Direkteinstieg Kita“ des Kultusministeriums Baden-Württemberg und der Agenturen für Arbeit, z. B. über Voraussetzungen, Schulen, Ablauf, Vergütung und finanzielle Förderung durch die Agentur für Arbeit.

**Zur Veranstaltung ist eine Anmeldung bis spätestens 06. März per E-Mail an Balingen.BBiE@arbeitsagentur.de erforderlich.**

Das gesamte Veranstaltungsprogramm der Veranstaltungsreihe Frauen#Mittendrin gibt es unter <https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/balingen/veranstaltungsreihen-frauen>.

### Seminare Akademie

#### Innovationscampus Sigmaringen

##### Online-Schulung:

##### **MS Teams – die Schaltstelle für moderne Zusammenarbeit**

In Teams läuft alles zusammen: Kommunikation, Dateien, Aufgaben zu den unterschiedlichsten Themen. Wie soll das strukturiert werden und wie behält man den Überblick? Das erfahren Sie in diesem Workshop.

- Strukturen anlegen: Teams, Kanäle und Registerkarten
- Gut kommunizieren: Umgang mit Benachrichtigungen und Erwähnungen
- Chatgruppe versus Kanalbeitrag: was wird wann eingesetzt?
- Vielfalt bündeln: Registerkarten gezielt einsetzen

**Termin: Mittwoch, 12.03.2025, 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr**

**Dozentin: Sigrid Hess**

**Veranstaltungsort: online über Zoom**

##### **Online-Schulung: MS Teams – Alles im Griff: Aufgabenmanagement mit Planner und To Do**

Durch die Arbeit mit Microsoft 365 kommen Aufgaben aus unterschiedlichen Quellen zusammen. Aus E-Mails, aus den Chats, aus Protokollen in OneNote, aus Loop Komponenten und aus Plänen in Planner. Diese lassen sich gemeinsam überwachen. Dieser Workshop zeigt, wie es geht.

- Gemeinsame Aufgaben im Team mit Planner organisieren
- Loop-Komponenten nutzen - nicht nur für Aufgaben
- Aufgabenmanagement in Outlook
- To Do als persönliche Schaltzentrale einrichten

**Termin: Freitag, 14.03.2025, 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr**

**Dozent: Sigrid Hess**

**Veranstaltungsort: online über Zoom**

##### **Innovationsmanagement in KMUs**

Innovationen sind der Schlüssel zum Unternehmenserfolg in unserer sich schnell wandelnden Welt. Doch wie gelingt es, gezielt Innovationen im Unternehmen zu fördern und das Thema in den Arbeitsalltag integrieren?

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie innovative Denkweisen und Kreativität in Ihrem Unternehmen systematisch aufbauen und nutzen können.

Sie lernen Innovationsmethoden und agile Ansätze kennen und können anschließend Ihr Team und Ihre Kollegen für innovative Ideen begeistern. Sie können alle Projektbeteiligten an passender Stelle mit einbinden, um Innovationen im Unternehmen zu verankern. Nutzen Sie dieses Wissen, um sich dauerhaft von der Konkurrenz abzuheben.

##### INHALT:

- Grundlagen und wiss. Kenntnisstand zu Kreativität & Innovation
- Durchführung von Innovationsmethoden
- Umgang mit Veränderung im Unternehmen
- Rahmenbedingungen für Unternehmensinnovationen
- Gezielte Innovationsförderung

**Termin: Dienstag, 18.03.2025, 09:00 Uhr bis 16:00 Uhr**

**Dozentin: Anja Harsch**

**Veranstaltungsort: Innovationscampus Sigmaringen, Marie-Curie-Str. 20**

##### **Online-Schulung: MS Teams – Schnell informiert: Umfragen, Abfragen und Genehmigungen**

Microsoft 365 bietet innerhalb der Teams-App einige fast schon versteckte Funktionen für die Zusammenarbeit an, die den E-Mail-Verkehr sinnvoll reduzieren können. Gehen Sie mit auf Entdeckungsreise.

- Polls und Forms: Umfragen in Meetings, Kanälen und E-Mails
- Updates: Regelmäßige Abfragen für Routineaufgaben
- Genehmigungen: Dienstreisen, Sonderausgaben und vieles mehr einfach genehmigen lassen
- Whiteboard: Abstimmungen auf die einfache Art

**Termin: Mittwoch, 19.03.2025, 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr**

**Dozentin: Sigrid Hess**

**Veranstaltungsort: online über Zoom**

**Mehr Informationen und Anmeldung zu den Seminaren: [www.innovationscampus-sigmaringen.de](http://www.innovationscampus-sigmaringen.de)**



## Anmeldung für das Schuljahr 2025/2026 an den weiterführenden Schulen der Stadt Mengen

Für alle Schülerinnen und Schüler, die derzeit die vierte Klasse einer Grundschule besuchen, steht zum nächsten Schuljahr der Wechsel auf eine weiterführende Schule an. Schülerinnen und Schüler, die mit Beginn des Schuljahres 2025/2026 die Klasse 5 der Sonnenlagerschule Gemeinschaftsschule Mengen, der Realschule Mengen oder des Gymnasiums Mengen besuchen wollen, können zu folgenden Zeiten in den Schulsekretariaten angemeldet werden:

**Montag, 10. März 2025** 8.00 bis 17.00 Uhr durchgehend  
**Dienstag, 11. März 2025** 8.00 bis 16.00 Uhr durchgehend  
**Mittwoch, 12. März 2025** 8.00 bis 12.00 Uhr  
**Donnerstag, 13. März 2025** 8.00 bis 12.00 Uhr

Eine digitale oder schriftliche Anmeldung auf dem Postweg ist ebenfalls möglich (Informationen hierzu finden Sie auf den Schulhomepages). Zur Anmeldung muss entweder die Empfehlung der Klassenkonferenz oder die Rückmeldung für den weiteren Bildungsweg oder die Information über die in der zentralen Kompetenzmessung erzielten Ergebnisse vorgelegt werden. Zur Anmeldung am Gymnasium kann auch das Ergebnis des Potentialtests vorgelegt werden. Bitte beachten Sie, dass zur Anmeldung außerdem Blatt 3 („Anmeldung an der weiterführenden Schule“) und der Masernschutznachweis im Original, fristgerecht im oben angegebenen Zeitraum abgegeben bzw. vorgelegt werden müssen.

## Berufsfindungsgespräche an der Realschule Mengen 2025

Vom 10.02.-13.02.2025 fanden an der Realschule Mengen erneut die Berufsfindungsgespräche statt, ein zentraler Bestandteil des Schulprofils. 87 Schülerinnen und Schüler der neunten Klassen erhielten im Rahmen der Berufsorientierung wertvolle Unterstützung, um ihre beruflichen Möglichkeiten auszuloten und ihre Zukunft aktiv zu gestalten.

Bereits im Laufe des Schuljahres beschäftigten sich die Jugendlichen intensiv mit dem Thema Berufsorientierung. Ein wichtiger Bestandteil war das einwöchige Betriebspraktikum im November, bei dem sie wertvolle Einblicke in verschiedene Berufsfelder gewannen und erste Kontakte zur Arbeitswelt knüpften.

Die Berufsfindungsgespräche stellten nun einen weiteren Meilenstein in diesem Prozess dar. Jedes Gespräch dauerte 30 Minuten und wurde in Anwesenheit der Schülerinnen und Schüler, deren Eltern, einer Lehrkraft sowie Vertreterinnen und Vertretern der Arbeitsagentur und regionaler Unternehmen geführt. Auch in diesem Jahr konnte die Realschule Mengen zahlreiche Betriebe und Einrichtungen für die Teilnahme gewinnen. Die Schule bedankt sich herzlich bei den beteiligten Unternehmen: Firma Knoll, Firma Schlösser, Firma Späh, Firma Reisch, Firma Löffler, Firma Zollern, Firma Schunk, Kreissparkasse Sigmaringen und die Oberschwäbische Werkstätten für Behinderte.

Wie jedes Jahr waren die Zukunftsvorstellungen der Jugendlichen sehr unterschiedlich: Einige hatten bereits klare berufliche Ziele, während andere noch nach ihrer beruflichen Richtung suchten. Ziel der Gespräche war es, alle Schülerinnen und Schüler individuell zu unterstützen und ihnen neue Perspektiven aufzuzeigen. Zur Vorbereitung recherchierten die Jugendlichen zu ihrem Wunschberuf und erstellten eine vollständige Bewer-

bungsmappe. Gemeinsam mit der Zeugnismappe wurde geprüft, ob der angestrebte Beruf zu den schulischen Leistungen und individuellen Kompetenzen passt. Zudem erhielten die Jugendlichen wertvolle Tipps von den Firmenvertreterinnen und -vertretern sowie von Berufsberaterin Anika Kempf und ihrem Team, um ihre Bewerbungsunterlagen zu optimieren und alternative Berufswege zu entdecken.

Die Lehrkräfte und insbesondere die Eltern kennen die Stärken und Entwicklungsfelder der Jugendlichen gut. Viele Schülerinnen und Schüler bestätigten, dass das Gespräch ihnen Klarheit und neue Impulse für ihren weiteren Weg gegeben hat. Besonders geschätzt wurde die externe Perspektive der beteiligten Betriebe und der Berufsberatung, die den Jugendlichen wertvolle Einblicke und praktische Hilfestellungen boten.

Am Ende waren sich alle Beteiligten einig: Die Berufsfindungsgespräche sind ein wichtiger Baustein auf dem Weg in die berufliche Zukunft und bieten den Jugendlichen wertvolle Orientierung. Die Schulleiterin Susanne Baur sowie die für die Berufsfindungsgespräche verantwortlichen Lehrkräfte Clemens Sproll, Marc Rukwid und Michael Gläser ziehen eine durchweg positive Bilanz und freuen sich auf die Fortführung dieses bewährten Formats im kommenden Jahr.

## Kolping-Bildungszentrum Riedlingen

### Einladung zum Infotag:

**22. Februar 2025 von 10:00 bis 12:00 Uhr:**

Das **Sozialwissenschaftliche Gymnasium** mit dem Schwerpunktfach „Pädagogik und Psychologie“. Die Schüler/innen können in einem konstruktiven und angenehmen Lernumfeld in drei Jahren das Abitur absolvieren. Dabei wird viel Wert auf persönliche und unterstützende Lernbetreuung gelegt.

### Berufskolleg Gesundheit/Pflege I und II (zweijährig).

Die Schüler/innen bereiten sich auf interessante Berufe oder für ein Studium vor und können die Schule mit einer Prüfung zur Fachhochschulreife abschließen. Zugangsvoraussetzung ist eine bestandene Mittlere Reife oder ein gleichwertiger Bildungsabschluss. Sie beenden die Schule mit dem Abschluss Assistent/in im Gesundheits- und Sozialwesen. Das Berufskolleg ist schulgeldfrei.

Am **Berufskolleg Fremdsprachen** können die Schüler/innen nach der mittleren Reife in zwei Jahren die Fachhochschulreife und eine Ausbildung zum fremdsprachlichen Wirtschaftsassistenten absolvieren.

### Buchführungs-Grundkurs

3 x mittwochs von 18:30 bis 20:45 Uhr, vom 12.03. bis 26.03.2025

### Praxisorientierte Buchführung

4 x montags von 18:30 bis 20:45 Uhr, vom 05.05. bis 26.05.2025

### Prüfungsvorbereitung für mittleren Reife in Englisch

3 x donnerstags von 13:30 bis 16:30 Uhr, vom 20.03. bis 10.04.2025

### Französisch-Intensiv-Grundkurs

10 x montags von 17:00 bis 18:30 Uhr, vom 10.03. bis 26.05.2025

Mehr Infos: [www.kolping-riedlingen](http://www.kolping-riedlingen)

**Kolping-Bildungszentrum Riedlingen, Kirchstraße 24, 88499 Riedlingen, Tel. 07371/935011, [gabriele.roth@kbw-gruppe.de](mailto:gabriele.roth@kbw-gruppe.de)**

## Schwäbische Bauernschule Bad Waldsee

### Seminare in der Bauernschule im März/April 2025

17. bis 21. März 2025

#### Fitness- und Gesundheitswoche für Frauen in der aktiven beruflichen Lebensphase

Eine wertvolle Woche für Körper, Geist und Seele mit Bewegung, Entspannung, Vorträgen und gemeinsamen Aktivitäten in der Wohlfühlatmosfera der Bauernschule.

09. April bis 20. November 2025

#### Fachseminar Biodiversitäts-Pädagogik in 8 Modulen à 2 Tagen

Unser Fachseminar Biodiversitäts-Pädagogik befähigt Sie, Menschen jeden Alters die sozialen, ökologischen und ökonomischen Zusammenhänge im Sinne der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) praxis- und handlungsorientiert zu vermitteln. Das Zertifikat Biodiversitäts-Pädagogik qualifiziert Sie, Unterricht in pädagogischen Einrichtungen und Führungen mit Workshops in Wald und Wiese abzuhalten sowie Beratungen bei Gemeinden, Firmen, in Naturparks etc. anzubieten.

Weitere Informationen und Anmeldung auf der Homepage der Bauernschule Bad Waldsee  
<https://www.bauernschule.de>

## Kirchliche Nachrichten

### Römisch-katholische Kirchengemeinde Sigmaringen

#### Pfarrbüro St. Peter und Paul, Sigmaringendorf

Sekretärin: Andrea Stroppel  
 Mittwoch 15:00 Uhr – 18:00 Uhr  
 Freitag 09.30 Uhr – 11.30 Uhr

In den Fasnetsferien vom 28.02.-11.03. geschlossen

Tel. 6867090, Fax 6867092

E-Mail: [a.stroppel@kath-sigmaringen.de](mailto:a.stroppel@kath-sigmaringen.de)

#### Begleiterin der Gemeinde:

Gem.ref. Regina Schmucker, Tel. 6867090

Präsenzzeit im Pfarrbüro Freitag 09.30 Uhr – 11.00 Uhr  
 und nach Absprache

E-Mail: [r.schmucker@kath-sigmaringen.de](mailto:r.schmucker@kath-sigmaringen.de)

#### Öffnungszeiten des zentralen Pfarrbüros „mittendrin“ St. Johann, Kirchberg 2

Mo, Di, Do, Fr: 09.30-12.30 Uhr und 14.00-17.00 Uhr

Samstag: 09:30 Uhr - 12:30 Uhr

Do. 27.02. und Mo. 03.03. nachm. geschlossen

Mi. 05.03. und Fr. 28.02./07.03. geschlossen

Di. 04.03. geschlossen, närrisches Treiben im und ums Pfarrhaus

Telefon: 07571/730930, Telefax: 07571/7309399

E-Mail: [info@kath-sigmaringen.de](mailto:info@kath-sigmaringen.de)

#### Aktuelle Informationen aus der Seelsorgeeinheit Sigmaringen

Auf unserer Homepage [www.kath-sigmaringen.de](http://www.kath-sigmaringen.de) werden wir alle wichtigen Informationen bekanntgeben, so ist es Ihnen möglich auf dem Laufenden zu bleiben.

#### Samstag, 22. Februar, Kathedra Petri

16:00 Uhr Sigmaringen (Gorheim) Gesprächsraum: **Seelsorgliche Gespräche und Beichte** bis 17:00 Uhr, mit Pater Stefan Havlik  
 18:00 Uhr Sigmaringen **Eucharistiefeier** der polnischen Gemeinde

#### Sonntag, 23. Februar, 7. Sonntag im Jahreskreis

1 Sam 26, 2.7-9.12-13.22-23, 1 Kor 15, 45-49, Ev: Lk 6, 27-38

9:00 Uhr Oberschmeien **Eucharistiefeier**  
 9:00 Uhr Jungnau **Wortgottesfeier**  
 9:00 Uhr Sigmaringen (Krankenhaus) Krankenhauskapelle: **Eucharistiefeier**  
 9:30 Uhr Sigmaringen (St. Johann) **Eucharistiefeier**  
 10:00 Uhr Sigmaringen (Josefinenstift) Cafeteria: **Wortgottesfeier**  
 10:30 Uhr Bingen **Eucharistiefeier**; für Gernod Schweizer, Georg und Maria Eisele und Angehörige; Antonie Wessinger  
 10:30 Uhr Sigmaringendorf **Wortgottesfeier**  
 11:00 Uhr Sigmaringen (St. Fidelis) **Eucharistiefeier** AbenteuerKIRCHE; für Emmi Hofbeck  
 18:00 Uhr Sigmaringen (Gorheim) **Wortgottesfeier**, mit Kommunionfeier - ANDers geDACHT

#### Montag, 24. Februar, Hl. Matthias Apostel, Fest

8:30 Uhr Sigmaringendorf **Morgengebet**  
 18:00 Uhr Sigmaringen (St. Johann) **Unvergessen** - wir gedenken den Verstorbenen unserer Stadt

#### Dienstag, 25. Februar

18:00 Uhr Sigmaringen (St. Fidelis) **Eucharistiefeier**; für Walburga, Birgit und Sebastian Heinrich; MarieLuise Müller

#### Mittwoch, 26. Februar

18:00 Uhr Sigmaringendorf **Eucharistiefeier** (Jahrtagsgedächtnis 24.02.-02.03.); für Fridolin Rebholz  
 18:00 Uhr Jungnau **Andacht**  
 18:00 Uhr Sigmaringen (Krankenhaus) Krankenhauskapelle: **Eucharistiefeier**

#### Freitag, 28. Februar

15:30 Uhr Sigmaringen (St. Fidelis) Cafeteria: **Wortgottesfeier**  
 18:00 Uhr Sigmaringen (Gorheim) **Eucharistiefeier** mit Anbetung und Segen; für Dr. Ernst Baar; Richard und Anna Scherer; Pater Stefan Krenzer

#### Samstag, 1. März

16:00 Uhr Sigmaringen (St. Fidelis) **Eucharistiefeier** der kroatischen Gemeinde

#### Sonntag, 2. März, 8. Sonntag im Jahreskreis

Sir 27, 4-7 (5-8), 1 Kor 15, 54-58, Ev: Lk 6, 39-45

9:00 Uhr Hochberg **Eucharistiefeier**; für Josefine Stegmaier  
 9:30 Uhr Sigmaringen (St. Johann) **Eucharistiefeier**, mit Predigt für die Narren  
 9:30 Uhr Unterschmeien **Wortgottesfeier** für die Narren  
 10:30 Uhr Bingen **Wortgottesfeier**  
 10:30 Uhr Sigmaringendorf **Eucharistiefeier**  
 11:00 Uhr Sigmaringen (St. Fidelis) **Eucharistiefeier**; für Emma, Michael und Alexander Haak und verstorbene Angehörige; Emma, Heinrich und Albert Sauer und verstorbene Angehörige  
 18:00 Uhr Sigmaringen (Gorheim) **Eucharistiefeier**

**Herzliche Einladung zum Konzert „Viva la Vida“  
Samstag, 22.03.2025 um 18.00 Uhr  
in der Kirche St. Fidelis in Sigmaringen**



Nach dem Motto „Lebe das Leben“ schenken wir Impulse, Ermutigungen und Inspirationen, damit wir in diesen unruhigen und herausfordernden Zeiten in unser eigenes Leben wieder etwas mehr Leichtigkeit und Zuversicht lassen können.

Der Eintritt ist frei, wir freuen uns über Spenden. Die gesammelten Spenden kommen der Notfallseelsorge zugute und werden für die eigene Chorarbeit verwendet.

Wir freuen uns auf Sie!  
Ihr Chorus „B“

**Evangelische Kirchengemeinde Sigmaringen**

Karlstraße 24, 72488 Sigmaringen  
Telefon 0 7571 - 68 30 10

**Bürozeiten:**

Ev. Gemeindebüro, Karlstr. 24  
Montag, Dienstag, Donnerstag  
von 8:30 Uhr – 11:00 Uhr und  
Mittwoch von 10:30 Uhr – 13:00 Uhr und  
14:00 Uhr – 15:30 Uhr  
gemeindebuero.sigmaringen@elkw.de

**Das Büro „mittendrin - Kirche am Markt“ ist geöffnet**

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag  
von 9:30-12:30 – 14:00-17:00 Uhr und  
Samstag von 9:30 Uhr – 12:30 Uhr  
www.mittendrin-sigmaringen.de

**Gottesdienste:**

**Sonntag, 23.02.2025, Sexagesimae**

09:30 Uhr Gottesdienst im Ev. Gemeindehaus in der Sauer  
Karlstraße (Winterkirche) mit *Hohenzollerischer  
Liturgie und Abendmahl (Wein)*  
im Anschluss Kirchenkaffee  
10:00 Uhr Gottesdienst in der Kreuzkirche K. Fingerle  
*Konfi3 mit Tauferinnerung und dem Posaunenchor*

**Veranstaltungen:**

**Donnerstag, 20. Februar 2025**

**19:00 Uhr Kirchengemeinderatssitzung, ev. Gemeindehaus,  
Karlstraße 24**

**Freitag, 21. Februar 2025**

**15:00 Uhr bis 16:30 Uhr** Spiele und Begegnungsnachmittag, ev.  
Gemeindehaus, Karlstraße 24. Eingeladen sind sowohl Kinder als  
auch Erwachsene, zu Kaffee und Kuchen, Spielen und Begegnung!

**15:30 bis 17:15 Konfi3**, Gemeinderäume der Kreuzkirche, Binger  
Str. 9

**Montag, 24. Februar 2025**

**18:00 Uhr Gedenkfeier zum Krieg in der Ukraine mit Musik** im  
Evangelische Gemeindehaus, Karlstraße 24, Siehe Homepage  
unter Veranstaltungen [www.evang-sig.de](http://www.evang-sig.de)!

**19:30 Uhr, Posaunenchor, Probe** in den Gemeinderäumen der  
Kreuzkirche, Binger Str. 9. Wer mitspielen oder ein Instrument  
lernen möchte, ist herzlich willkommen.

**20:00 Uhr, Kantorei, Probe**, Ev. Gemeindehaus, Karlstr. 24. Je-  
der, der mitsingen möchte, ist herzlich willkommen.

**Dienstag, 25. Februar 2025**

**14:30 Uhr Kaffee-Runde miteinander – mit Handarbeiten**, in  
der Anna-Fink-Stube, Ev. Gemeindehaus, Karlstr. 24. Neue Ge-  
sichter (auch zum Reinschnuppern) sind herzlich willkommen.  
Handarbeiten ist keine Pflicht. Es wird ein Betrag von 1.-€ pro  
Woche für die Kaffeekasse eingesammelt. Infos gerne bei Henri-  
ette Meyer unter Tel: 07571-725686.

**19:00 Uhr, Hauskreis der Kirchengemeinde Sigmaringen**

14tägig in den Gemeinderäumen der Kreuzkirche, Binger Str. 9,  
Sigmaringen.

**Mittwoch, 26. Februar 2025**

**09:15 Uhr - 10:15 Uhr, Krabbelgruppe**, Kreuzkirche, Binger  
Straße 9, Sigmaringen

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Bei Interesse bitte melden bei  
Pfarramt III, [micha.fingerle@elkw.de](mailto:micha.fingerle@elkw.de), Tel. 07571-3430

**10:00 - 11:30 Uhr, Dialog-Café – Deutschkonversation für  
Flüchtlinge**, Kreuzkirche, Binger Str. 9

**15:00 -16:30 Uhr Konfiunterricht Gruppe M. Ströhle**, ev. Ge-  
meindehaus, Karlstr.24

**15:00 -16.30 Uhr Konfiunterricht Gruppe K. Fingerle**, in der  
Kreuzkirche, Binger Str. 9

**19:00 Uhr Elternabend** für die Konfirmanden von Pfarrer Ströh-  
le im ev. Gemeindehaus, Karlstr. 24

**Samstag, 1. März 2025**

**11:00 – 12:00 Uhr Bewegung ist gesund, Entspannung tut  
gut!**

Es gibt ein neues Angebot in der evangelischen Kirchengemein-  
de für alle, die Lust haben, sich zu bewegen und Entspannungs-  
übungen für ihre Gesundheit zu machen.

Es macht mehr Spaß gemeinsam aktiv zu sein als allein. Kom-  
men können alle zwischen 40-80 Jahre ohne sportliche Vor-  
kenntnisse. Mitzubringen sind: Bequeme Kleidung, Turnschuhe,  
eine Matte, etwas zu trinken und gute Laune.

Die Leiterin Tetjana freut sich auf Ihr Kommen! Das Angebot ist  
kostenfrei. Wer etwas für die Gemeindegemeinschaft spenden möchte,  
darf das gerne tun.

**Termine und Ort: In der Regel am 1. und 3. Samstag im Mo-  
nat 01.03., 05.04., 03.05. und 17. 05. von 11.00-12.00 Uhr** im  
evangelischen Gemeindehaus in der Karlstraße 24 in Sigmari-  
ngen.

**Der ökumenische Kleiderladen „KleiderReich“**

In der Vorstadt 2, Sigmaringen, Telefon 0170 - 6959136.  
Wir bitten darum, nur saubere und intakte Ware abzugeben.

**Öffnungszeiten:**

Dienstag, Donnerstag, Samstag 10:00 – 14:00 Uhr  
Mittwoch, Freitag 14:00 – 18:00 Uhr

**Allgemeine Hinweise und Telefonnummern  
Sekretärinnen im Ev. Gemeindebüro**

Kontaktzeiten vor Ort und telefonische Erreichbarkeit unter **Tel. 07571-683010**

**Mo, Di, Do 08:30-11:00 Uhr**

**Mi 10:30-13:00 14:00-15:30 Uhr**

**Mail: Gemeindefuero.Sigmaringen@elkw.de**

**Bitte wenden Sie sich auch an das ökumenische Büro „mittendrin-Kirche am Markt“.**

Kontaktzeiten und telefonische Erreichbarkeit unter

**Telefon: 07571-730930**

**Mo, Di, Do, Fr 9:30 -12:30 und von 14:00 -17:00 Uhr**

**Samstag 9:30 -12:30 Uhr**

**Mail: info@mittendrin-sigmaringen.de**

#### Pfarrerinnen und Pfarrer

**Pfarramt I – Pfarrerin Dorothee Sauer**

Tel. 07571-683014, dorothee.sauer@elkw.de

**Pfarramt II – Pfarrer Matthias Ströhle**

Tel. 07571-683011, matthias.stroehle@elkw.de

**Pfarramt III – Pfarrerin Kathrin Fingerle**

kathrin.fingerle@elkw.de

**Pfarrer Micha Fingerle**

micha.fingerle@elkw.de, Tel. 07571-3430

Am Sonntag war es dann an der Zeit für die Bambini und E-Jugendmannschaften, ihr Können zu zeigen. Auch hier war die Halle wieder gut gefüllt, und die kleinen Kicker begeisterten das Publikum mit ihren ersten fußballerischen Schritten und viel Freude am Spiel.

Turniersieger bei der E-Jugend wurde verdient die Mannschaft des FC Krauchenwies. Im Finale setzten sie sich souverän gegen des SV Langenenslingen durch. Im Spiel um Platz 3 behielt die Mannschaft des SV Renhardsweiler die Oberhand und bezwang den SC 04 Tuttlingen mit 3:1.

Ein besonderer Dank gilt den vielen, fleißigen Helfern, die das Turnier erfolgreich organisierten oder bei der Durchführung halfen. Insgesamt war das Turnier ein tolles Beispiel für Gemeinschaftssinn und Freude am Fußball, und am Ende stand die Vorfreude auf die nächste Auflage im neuen Jahr.



### Musikverein Sigmaringendorf e.V.

#### Einladung zur Hauptversammlung

Am **Samstag, dem 08.03.2025**, findet um **20.00 Uhr** im **Schlossle** unsere diesjährige Hauptversammlung statt.

#### Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Totengedenken
3. Jahresberichte
  - a. 1. Vorsitzender
  - b. Dirigent
  - c. Schriftführerin
  - d. Jugendleiterin
  - e. Kassiererin
4. Stellungnahme zu den Berichten
5. Bericht der Kassenprüfer
6. Entlastung der Vorstandschaft und der Kassiererin
7. Neuwahlen der Vorstandschaft
8. Wünsche, Anträge, Verschiedenes

Wir laden hierzu unsere aktiven und passiven Mitglieder, unsere Ehrenmitglieder, sowie alle Gönner und Freunde des Musikvereins herzlich ein.

Peter Rebholz  
1. Vorsitzender -

## Veieinsnachrichten oder Mitteilungen



### TSV Sigmaringendorf-Laucherthal e.V. Abteilung Fußball

**Spedition Hammer Cup 2025 – Jugendfußballer liefern sich ein Wochenende lang spannende Duelle**



**F-Jugend:** Ein Turnier und alle sind Gewinner!

Am vergangenen Wochenende fand in der Sporthalle in Sigmaringendorf das überregionale Jugendfußballturnier des TSV Sigmaringendorf/Laucherthal statt. Über 350 Spieler aus der Umgebung und Oberschwaben sorgten für spannende Spiele. Großzügig unterstützt wurde der Dorfer Jugendfußball vom Hauptsponsor Spedition Hammer sowie den Bandenwerbepartnern Firma Spörl und Firma Holzhauer.

Am Samstag traten die F-, D- und C-Jugendmannschaften an. Alle Spiele liefen fair und verletzungsfrei ab und die Atmosphäre in der voll besetzten Halle war durchweg positiv.

Die Mannschaft des FV Biberach bezwang im Finale des D-Jugendturniers den FC Laiz/Inzigkofen mit 4:2 und wurden verdient Turniersieger. Im kleinen Finale besiegte die SG Heiligenberg die SGM Krauchenwies im Elfmeterschießen und sicherte sich so Rang 3.

Im Finale der C-Jugend setzte sich die Heimmannschaft der SGM Sigmaringendorf im Elfmeterschießen mit 3:1 gegen die SGM Ostrach/Weithart durch. Platz drei ging an den SV Hochberg, der mit 4:0 gegen die SGM Ringschnait gewann.



### Schwäbischer Albverein

#### Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft im Albverein Sigmaringendorf

**Dagmar Lüttke mit der Silbernen Ehrennadel ausgezeichnet**  
Sigmaringendorf: Anlässlich der Jahreshauptversammlung des Schwäbischen Albvereins Sigmaringendorf konnte als Vertreterin des Obere-Donau-Gau, Frau Priska Pfister, eine ganze Reihe an langjährigen Mitgliedern ehren. Zu Beginn führte sie aus, dass die Ortsgruppe Sigmaringendorf im Oberen-Donau-Gau für sie immer eine Art Vorbildfunktion innehat, da sie ein sehr vielfältiges Angebot für alle Altersgruppen anzubieten hat. Heute sei es nicht mehr üblich, dass man über so viele Jahre einem Verein treu bleibe, wie es bei vielen Albvereinlern noch selbstverständlich ist.

Für 25-jährige Mitgliedschaft erhielten die Ehrennadel und Urkunde des Albvereins-Präsidenten Dr. Rauchfuß: Karl Binder, Margarethe Lehmann, Dietmar Lehmann. Bereits seit 40 Jahren

im Verein sind Christoph Bayer, und Dagmar Lüdtké. Stolze 50 Jahre Mitgliedschaft im SAV konnten aufweisen: Norbert Maichle und Viktor Bayer.

Pfister dankte allen für ihre Treue zum Verein und überreichte die Nadeln und Urkunden des Präsidenten. Der Vorsitzende Claus Bayer schloss sich den Glückwünschen an und überreicht je ein kleines Präsent des Vereins. Norbert Maichle war in der früheren Jugendgruppe, als Bayer noch Jugendwart war, sehr aktiv. Sein Bruder Viktor Bayer, der inzwischen in Nürtingen wohnt und dort die Städtetour in Nürtingen im Frühjahr 2024 führte, blieb dem Verein ebenfalls bis heute treu. Seine Urkunde wurde ihm per Post zugestellt.

Für ihre erfolgreiche Tätigkeit im Ehrenamt als Wanderwartin und zertifizierte Wanderführerin im Verein seit über 10 Jahren und ihrer Weiterbildung als Gesundheitswanderführerin, verlieh Priska Pfister Dagmar Lüdtké unter dem Beifall aller Anwesenden die Silberne Ehrennadel des Hauptvereins für besondere Verdienste.

Schwäbischer Albverein Sigmaringendorf e.V.



*Foto: Die Geehrten bei der Hauptversammlung des Albvereins mit Vorstand C. Bayer und Priska Pfister. In der Mitte Dagmar Lüdtké mit Ihrer Auszeichnung.*

*Autorin/Autor des Bildes: Wolfgang Metzger*

### Es gibt noch freie Plätze

#### Einladung zu einer Städtetour nach Tübingen am Samstag, den 22.02.2025

Bedingt durch die Sperrung der Bahnlinie nach Tübingen im März 2025 müssen wir die im Veranstaltungsplan angekündigte Tour auf Samstag, den 22.02.2025 vorverlegen.

#### Folgender Ablauf ist geplant:

- Anfahrt mit Bus und Bahn zum Schloss u. Kloster Bebenhausen.
- Führung im Schloss Bebenhausen ca. 1 Std.
- einfache Wanderung in die Stadtmitte von Tübingen
- Stadtführung
- Zeit für eine Stadtbummel und abschließende Einkehr in einem Restaurant in Tübingen.
- 17.00 Uhr Rückfahrt mit dem Zug nach Sigmaringen.

Treffpunkt zur Fahrt mit Privat PKW zum Bahnhof Sigmaringen ist um 7.30 Uhr auf dem Parkplatz hinterm Dorfer Rathaus.

Anmeldungen sind noch bis Freitag den 21.02.2025 17.00 Uhr bei den Organisatoren Anni u. Claus Bayer, Tel.:07571/2471 möglich.

Mehr Info unter [www.albverein-sigmaringendorf.de](http://www.albverein-sigmaringendorf.de)



## Ledigengesellschaft Sigmaringendorf e. V.

### Liebe Sigmaringendorfer, Liebe Narren,

die Ledigengesellschaft Sigmaringendorf lädt sie dieses Jahr herzlich unter dem Motto: „Urzeit im Dorf die Dinos sind los, zur Fasnet wirds wild und riesengroß“ zu unseren diesjährigen fasnachtlichen Veranstaltungen im Dorf ein. Damit sie einen Überblick über das Dorfer Fasnetsprogramm erhalten, sind alle Termine der Ledigengesellschaft nachfolgend aufgeführt:

- |                        |                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Samstag, 22.02.2025    | <b>Gänsemarsch mit Mottowagen</b><br>durch Sigmaringendorf<br>Beginn: 14:00 Uhr an der Krone                                                                                                              |
| Donnerstag, 27.02.2025 | <b>Schülerbefreiung, Schlüsselübergabe und Narrenbaumsetzen</b><br>Beginn: 10:30 Uhr<br>an der Donau-Lauchert-Schule<br>Anschließend Strohmannreiben<br>Beginn: 14:00 Uhr beim Gasthaus „Beim Rinderwirt“ |
| Samstag, 01.03.2025    | <b>Bürgerball</b> in der Donau-Lauchert-Halle<br>Saalöffnung: 18:30 Uhr /<br>Beginn: 20:00 Uhr                                                                                                            |
| Sonntag, 02.03.2025    | <b>Kinderball</b> für alle Kinder<br>in der Donau-Lauchert-Halle<br>Saalöffnung: 13:30 Uhr /<br>Beginn 14:00 Uhr                                                                                          |
| Dienstag, 04.03.2025   | <b>Bräuteln</b> an der Donau-Lauchert-Halle<br>Beginn: 09:30 Uhr<br>am Festplatz hinter der Halle<br><b>„Kehraus im Hirsch“</b><br>in der Donau-Lauchert-Halle<br>Beginn: fließend ab 18:30 Uhr           |
| Mittwoch, 05.03.2025   | <b>Fasnetsvergraben</b><br>Beginn: 19:00 Uhr<br>an der Pizzeria Penisola                                                                                                                                  |

### Mittagessen am Schmotzigen – 27.02.2025

Nach dem Narrenbaumstellen stellt sich für viele unserer Besucher die Frage nach einem Mittagessen. Wer mit den Narren gemeinsam das Mittagessen in der Donau-Lauchert-Halle genießen möchte, kann sich gerne für **10 € Maultaschen mit Kartoffelsalat** (auch vegetarisch) bis 15.02.2024 bei Julian Maier unter der Nummer (+49 0152 53161703) sichern.

### Strohmannreiben – 27.02.2025

Auch dieses Jahr findet am „Schmotzigen Donschdig“ wieder das traditionelle Strohmannreiben statt, welches von vorherigen Jahrgängen 08/09 organisiert wird. Für das wiederholte Veranstalten dieser Tradition wollen wir uns bei diesem Jahrgang bedanken. Hierbei wird der Strohmann, der von einem Jugendlichen aus dem Jahrgang gestellt wird, mit Roggenstroh eingebunden und anschließend durch das Dorf getrieben. Das Einbinden des Strohmanns ist dabei sehr aufwendig und wird nach alter Überlieferung getätigt. Anschließend zieht der Strohmann mit Gefolgschaft aus Einscheller, Trommler, Strohmannreiber und Narrensamen (Kinder des Ortes) durch das Dorf.

An verschiedenen Haltestellen werden Süßigkeiten für die teilnehmende Kinderschar ausgeworfen. Der voraussichtliche Beginn ist etwa um 14:00 Uhr gegenüber des Gasthauses „Beim Rinderwirt“.

Ab der Krone begleiten die Ledigengesellschaft, die Strohmännzunft und die Donauhexa mit musikalischer Unterstützung des Musikvereins den Strohmänn bis hin zur Donau-Lauchert-Halle, in welche wir anschließend beim Kaffeekränzle einmarschieren. Sie sind herzlich eingeladen, sich dem Begleitzug des Strohmänn anzuschließen.

### Vorverkaufskarten Bürgerball - Ausverkauft

Seit dem Start des Vorverkaufs am Sonntag den 26.01. sind zum jetzigen Zeitpunkt alle Vorverkaufskarten verkauft worden und der Bürgerball ist, wie schon in diesem Falle angekündigt, damit ausverkauft. Somit wird es an der Abendkasse dieses Jahr wieder keine Karten geben, da alle vorgesehenen Plätze im Saal durch die Vorverkaufskarten abgedeckt sind. Grundsätzlich dürfen auch nicht mehr Gäste in den Saal gelassen werden, als Sitzplätze vorhanden sind, so die Verordnung. Aufgrund dieser Situation macht es daher keinen Sinn, weitere Gäste durch eine Abendkasse vor Ende des Programms einzulassen. Dadurch wird zunächst sichergestellt, dass alle Personen mit einer Vorverkaufskarte auch einen Platz bekommen und dass sich niemand an diesem Abend umsonst auf den Weg macht, möglicherweise ansteht und dann keinen Einlass bekommt. Wir bedauern sehr, dass möglicherweise treue Bürgerballgäste der letzten Jahre dieses Jahr keine Karte erhalten haben.

Der Einlass für den Bürgerball ist um 18:30 Uhr. Für alle, welche keine Vorverkaufskarte mehr erhalten haben und nach dem Programm noch Lust haben anzustoßen, öffnen wir unsere Bar in der Halle und im Foyer.

Sollten kurz vor dem Bürgerball, beispielsweise aus gesundheitlichen Gründen, noch Bürgerballkarten übrig sein, können Sie sich gerne bei Jonas Nägele privat (0174-4178007), oder per E-Mail (jonas-naegele@gmx.de) melden.

Facebook-Name: "Ledigengesellschaft Sigmaringendorf e.V."  
Homepage-Link: <http://www.ledigengesellschaft.de/>

Mit närrischem Gruß, eure Ledigengesellschaft Sigmaringendorf!



### Strohmännzunft Sigmaringendorf e.V.

#### Liebe Bewohner vom „Dorf“ und „Laucherthal“!

Hiermit laden wir alle ganz herzlich zum „Kaffeekränzle“ am „Schmotziga“, **27.02.2025 ab 14.30 Uhr in die Donau-Lauchert-Halle** ein.

Für Unterhaltung ist mit „DJ MAGGE“ bestens gesorgt!

Auf ihr Kommen freuen wir uns und verwöhnen Sie reichhaltig mit Speis und Trank!

**Ab 16.30 Uhr ist unsere Bar geöffnet...**

#### Liebe Zunftmitglieder!

**Hier unsere Termine die nächsten 2 Wochen...**

- 23.02.2025 zusammen mit den Ledigen und der Musik OHA-Treffen in Ostrach (Abfahrt 11.00 Uhr und 12.00 Uhr auf Hirschplatz)
- 27.02.2025 „Schmotziga“ Treff um 9.30 Uhr am Penisola, ab 10.30 Uhr Schülerbefreiung, Rathaus, Narrenbaumstellen, anschließend Kaffeekränzle
- 28.02.2025 Fasnetsfreitag, dorfintrner Umzug; Motto: Leben auf dem Land“ (Treffpunkt um 18.30 Uhr bei Irene Wälder um dann durch die Dorfer Gastronomie weiterzuziehen)

- 01.03.2025 Bürgerball
- 02.03.2025 Umzug in Burladingen (Abfahrt 11.00 Uhr auf Hirschplatz)
- 03.03.2025 Weißherbsttrinken im Schützenhaus
- 04.03.2025 Bräuteln (Treffpunkt 9.30 Uhr Hirschplatz); abends „Kehraus“
- 05.03.2025 Aschermittwoch

Die aktuellen Arbeitsdienste und Einsätze entnimmt ihr bitte der WhatsApp-Gruppe.

Es grüßt mit einem 3 x STROHMA RAUS

Die Vorstandschaft!



### Einladung zum Schmelzeball

**am 22. Februar 2025 in der Donau-Lauchert-Halle**

Liebe Gemeindemitglieder von Sigmaringendorf und Lauchertthal, auch in diesem Jahr möchten wir Sie wieder recht herzlich zu unserem **Schmelzeball** einladen.

Wir haben wieder ein buntes Programm für Sie zusammengestellt und freuen uns auf Ihr Kommen.

Einlass ist ab 19.00 Uhr, Beginn ist um 20.00 Uhr

Das **„Laucherthaler Zigeunerlager“ am „Schmotziga Donnerstag“, den 27. Februar 2025** ist auch in diesem Jahr wieder ab

11.11 Uhr bei unserem Vereinsheim im Brixiusweg. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Auch zu unserem traditionellen Bräuteln am **„Fasnets-Sonntag“ um 11.00 Uhr** in der Hitzkofer Straße laden wir alle Gemeindemitglieder herzlich ein.

**An alle Mitglieder, Gäste und Musikanten:**

**Wer beim Bräuteln essen möchte, es gibt gefüllten Spießbraten und Putengeschnetzeltes jeweils mit Spätzle, bitte bis zum 21.02.2025 bei Stefanie Maier unter 0162/1789544 anmelden.**

Wir bitten die Vereinsmitglieder auch um Anmeldung zum Frühstück am „Schmotziga“ und zum Wurstsalatessen bei Stefanie Maier bis zum obigen Termin.

Es grüßt mit einem dreifachen „Schmelze-Narro“

*Ihre Fasnachtsgesellschaft Lauchertthal*



### Sozialer Förderverein Sigmaringendorf/Lauchertthal e.V.

#### Einladung zum Mittagstisch am

**Schmotziga Donschteg 27.02.25**, im Kath. Gemeindehaus

Einlass: ab 11.30 Uhr

Essensbeginn: 12.00 Uhr

Kosten: 7.20 Euro

#### Pastinakencreme-Suppe für Alle

Sie haben die Wahl:

**Fasnets-Menue 1:** Saure Kutteln, mit Bratkartoffeln

**Menue 2** vegetarisch: Pfannkuchen, mit Gemüse-Bechamelseiße, Tomatensalat

**1 Tasse Kaffee danach**

**Anmeldungen** werden ab sofort bei Frau Christel Metzger Telef. 07571-4753 bis Mittwoch, 18,00 Uhr, angenommen. Sie können auch gerne den Anrufbeantworter unter Angabe des Namens und der Menue-Auswahl, benutzen.



Das ganze Team freut sich auf Euch am Schmotziga, gerne auch mit Verkleidung, guter Stimmung und mit Hut wie in 2024.

Euer Sozialer Förderverein  
Sigmaringendorf-Laucherthal e.V.  
Christel Metzger

**VR Bank Donau-Oberschwaben unterstützt die Nachbarschaftshilfe des sozialen Fördervereins**

Zusammenhalt wird bei der VR Bank Donau-Oberschwaben großgeschrieben. Um die **Nachbarschaftshilfen** der Region zu unterstützen, spendete die Regionalbank insgesamt 20.000.- Euro.



Foto: Wolfgang Metzger

In der Nachbarschaftshilfe des Sozialen Fördervereins sind wir ein Team von derzeit 35 aktiven Frauen und Männern, die während des ganzen Jahres hilfebedürftigen Menschen in Sigmaringendorf und Laucherthal mit verschiedenen Diensten zur Seite stehen. Durch unsere Arbeit ist es möglich, dass viele pflegebedürftige Menschen ein eigenständiges Leben in ihrem gewohnten Umfeld führen können.

Manchmal geht es nur darum, den Einkauf zu übernehmen oder jemanden zum Arzt zu begleiten. Kleine Dinge, die für hilfsbedürftige und nicht mobile Menschen zum großen Problem werden, so **Christel Metzger**, die zusammen mit **Margarethe Schäuble** die Nachbarschaftshilfe in unserer Gemeinde organisiert. Insgesamt rund 4000 pro Jahr werden in dieser Aufgabe geleistet und das verdient großen Dank.

Die Nachfrage nimmt zu, deshalb sind wir auf **weitere Helferinnen und Helfer angewiesen**.

**Wir appellieren daher an alle, denen es möglich ist, sich in die Arbeit der Nachbarschaftshilfe einzubringen. Für die Einsatzstunden erhalten Sie eine Aufwandsentschädigung.** In welcher Art und Weise und in welchem Umfang man sich engagieren möchte, ist jedem selbst überlassen.

**Wir sind für jede Unterstützung dankbar. Für nähere Informationen und für Anmeldungen zur Beteiligung steht Frau Christel Metzger, Tel. 4753 gerne zu Verfügung.** Nicht nur Zuschüsse und Gebühren, sondern auch Spenden helfen, die Kosten der Nachbarschaftshilfe zu decken.

**Der Soziale Förderverein bedankt sich** daher bei der VR Bank Donau-Oberschwaben und freut sich, **dass** mit der großzügigen Spende von **2000 Euro** aus dem VR-GewinnSparen die Nachbarschaftshilfe unterstützt werden kann.

Alois Henne, Vorsitzender

**VdK Sozialverband Baden-Württemberg e.V.**

**Veranstaltungstermine OV Scheer – Sigmaringendorf (neue Termine und Erinnerungen) (auch im Internet unter <https://www.vdk.de/ov-scheer/ID0>)**

**Liebe VdK'ler**

Bei unserm letzten Stammtisch haben die anwesenden Mitglieder darüber gesprochen, dass unser Ausflug zum Zuckergässle  
**Am: 09. April 2025**  
**Ort: Hauptstr. 57 in 88515 Langenensligen stattfindet.**  
**Treffpunkt: 13.30 Uhr, Parkplatz vom Zuckerbäcker**

Wir freuen uns das sich ein paar Mitglieder an dieser Veranstaltung vom Ortsverband Scheer-Sigmaringendorf daran beteiligen. Vielen Dank dafür!

**Termine:****28.03.2025**, 18.00 Uhr

Mitgliederversammlung mit Wahlen / Donau – Hirsch /Sigmaringendorf

**09.04.2025**, 13.30 Uhr

½ Tagesausflug / Zuckergässle

**08.05.2025**, 18.00 Uhr

Stammtisch /Donau - Hirsch /Sigmaringendorf

**14.06.2025**

Sommerfest mit Bingen – Ruine Hornstein

**10.07.2025**, 15.30 Uhr

Stammtisch / Cafe – Brauchbar – Mengen

**11.09.2025**, 18.00 Uhr

Stammtisch / Donau – Hirsch /Sigmaringendorf

Wie bei unserem letzten Stammtisch besprochen gibt es Freikarten für das BENEFITZ- MUSICAL im Bürgerhaus /Ennetach. Die Karten die von den VdK Mitgliedern bestellt wurden sind bestellt.

(22. März 2025 / 23. März 2025)

Wir werden die Mitglieder, die diese bestellt haben telefonisch benachrichtigen, wenn die Karten zur Abholung bereitstehen.

Danke für Eure Teilnahme

Alle weiteren Termine werden wir dann später im Amtsblatt und unserer Homepage veröffentlichen.

Beate Matijevic- Schriftführerin

**Rheumaliga Sigmaringen****Einladung zur Mitgliederversammlung 2025 der Rheumaliga -Arbeitsgemeinschaft Sigmaringen-**

Wir freuen uns, unsere Mitglieder zur Mitgliederversammlung am Mittwoch, den 26. März 2025, 18:00 Uhr, in die Gaststätte Donau Hirsch in Sigmaringendorf einladen zu dürfen.

**Es ist folgende Tagesordnung geplant:**

1. Begrüßung
2. Jahresbericht
3. Kassenbericht
4. Bericht der Kassenprüfung
5. Entlastungen
6. Neuwahl des gesamten Sprecherrates
7. Vorschau 2025
8. Wünsche und Anträge / Verschiedenes

Fragen, Wünsche und Anträge bitte bis zum 14.03.2026 an die unten aufgeführten Kontakte richten. Da es um die zukünftige Ausrichtung der Arbeitsgemeinschaft Sigmaringen geht, wäre es wünschenswert, wenn Sie zahlreich zu dieser Mitgliederversammlung erscheinen. Damit wir, aber insbesondere die Gastrologen entsprechend planen können, bitten wir Sie herzlichst um verbindliche Anmeldung per Telefon oder E-Mail.

Ihre Rheumaliga Sigmaringen

**Vhs Mengen****Lu Jong – Tibetisches Heilyoga**

Es werden die ersten 10 Übungen des Lu Jong vorgestellt.

Dauer: 6 x Dienstag

Beginn: 11.03., 18.00-19.15 Uhr

**Hatha-Yoga für Körper, Geist und Seele**

Dieser Kurs ist für jeden geeignet, gleich ob Du Anfänger bist oder schon etwas geübter; Frauen wie auch Männer sind herzlich willkommen,

Dauer: 10 x Mittwoch

Beginn: 12.03., 18.30-20.00 Uhr

**Aqua Zumba®**

In diesem Kurs erwartet Sie eine Mischung aus lateinamerikanischen Rhythmen und modernen Fitnessbewegungen, die gemeinsam mit dem Widerstand des Wassers Ihre Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit fördern.

Dauer: 5 x Donnerstag

Beginn: 13.03., 20.45-21.30 Uhr

**Schneller schalten als andere****- Schlagfertig agieren und reagieren**

Lernen Sie in vielen praktischen Übungen grandiose und verblüffende Reaktionsmöglichkeiten auf Angriffe, Vorwürfe und provozierende Fragen kennen, auf die Sie selbstsicher, schnell, klug und souverän reagieren.

Termin: Montag, 17.03., 17.30-21.30 Uhr

**Da die Teilnehmerszahl begrenzt ist, sollte man sich bei der vhs Mengen rechtzeitig über die Homepage ([www.vhs-mengen.de](http://www.vhs-mengen.de)), persönlich in der Geschäftsstelle (Hauptstr. 77-81) oder telefonisch (07572 607670) anmelden.**

**Weitere Informationen zu den Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage und in den neuen Programmheften, die in Mengen und der Region ausliegen.**

**Sonstiges****Caritasverband Sigmaringen:**

**Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz trifft sich in der Tagespflege St. Klara Sigmaringen**

Die Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz trifft sich am **Montag, 24. Februar 2025 um 10 Uhr in der Tagespflege St. Klara, In den Käppeleswiesen 7 in Sigmaringen.**

**Die Gruppe besichtigt die neuen Räumlichkeiten der Caritas- Tagespflege.**

Neue Teilnehmer/-innen sind herzlich willkommen!

**Informationen/Anmeldung:** Caritasverband für das Dekanat Sigmaringen- Meßkirch e.V., Beratungsstelle für ältere Menschen und pflegende Angehörige, Frau Pamela Brecht, Telefon 07571 7301-32.

**Familiensonntag in Rulfingen****Kirchliche Soziallehre und die politische Realität**

Die Katholische Landbewegung (KLB) Hohenzollern-Sigmaringen veranstaltet am **Sonntag, 09. März 2025, in Mengen-Rulfingen einen Familiensonntag. Beginn ist um 14 Uhr im Saal St. Wendelin unter der neuen Kirche.**

Der Pallottinerpater Fritz Kretz SAC spricht zum Thema „Kirchliche Soziallehre und die politische Realität in der heutigen Zeit“. Neben dem Vortrag gibt es Kaffee und Popfrot sowie eine Abschlussandacht. Ende ist um 17:30 Uhr. Weitere Informationen gibt es bei Josef Kugler, Telefon 07576/333.



**Haus der Natur**

**Beuron. Wanderung zum ersten Frühlingserwachen.**

Freitag, 28. Februar, 14 Uhr (Anmeldung bis 27.02.)  
 Auch wenn der Winter Ende Februar im Naturpark Obere Donau oftmals noch nicht vorbei ist, so zeigen sich doch hier und da schon die ersten Frühlingboten und auch die Sonne hat schon wieder viel mehr Kraft. Vielleicht lassen sich bei der Wanderung am Freitag, 28. Februar, um 14 Uhr an besonders sonnigen Stellen eventuell schon die Blüten von Huflattich, Märzenbecher, Leberblümchen, Seidelbast oder Gänseblümchen entdecken. Falls nicht und alles noch verschneit ist, einen längeren Spaziergang lohnt das Donautal auf jeden Fall. Treffpunkt: Haus der Natur in Beuron; Leitung: Bernd Schneck; Gebühr: 5,- Euro; Anmeldung bis 27. Februar beim Haus der Natur, Telefon 07466/9280-0, info@nazoberedonau.de.

**Beuron. Workshop Frauenöle: Wie ätherische Öle das Frau-Sein erleichtern und unterstützen können.**

Samstag, 8. März, 15 bis 17:30 Uhr (Anmeldung bis 03.03.)  
 Schon in der frühen Heilkunde wurde unter anderem mit ätherischen Ölen unterstützend gearbeitet, um speziell weibliche Bedürfnisse und Probleme in den verschiedenen Lebensphasen einer Frau zu begleiten. Beim Workshop am Samstag, 8. März, um 15 Uhr, nehmen Astrid Lübs und Sandra Palm die Teilnehmenden mit in die Welt der Düfte und stellen Produkte her, die den Alltag als Frau erleichtern können. Treffpunkt: Haus der Natur, Seminargebäude; Leitung: Astrid Lübs und Sandra Palm, Aromapraktikerinnen; Gebühr: 30,- Euro inkl. Skript und Material; Anmeldung bis 3. März beim Haus der Natur, Telefon 07466/9280-0, info@nazoberedonau.de.



Mit der Räuberbahn zum OHA-Narrentreffen nach Ostrach Sonderfahrttage mit einem Triebwagen der BR 628 am 22. und 23. Februar 2025

Mit der Räuberbahn besteht für die Besucher am Samstag + Sonntag, 22. + 23.02.2025, die Möglichkeit, bequem und ohne Risiko für den Führerschein ab Aulendorf oder Pfullendorf zum OHA-Narrentreffen nach Ostrach (und wieder zurück) zu fahren.

Zum Einsatz kommt dabei ein Triebwagen der legendären Baureihe 628

Es gilt ein Sonderfahrplan!!!

**Fahrplan OHA Ringtreffen Aulendorf und zurück gültig Samstag, 22. Februar 2025**

<b>Aulendorf</b>	<b>ab</b>	<b>13:33</b>	<b>15:33</b>	<b>18:13</b>	<b>21:13</b>
Altshausen	an	13:41	15:41	18:21	21:21
Altshausen	ab	13:45	15:45	18:25	21:25
Hoßkirch K'eggsee	ab	13:58	15:58	18:38	21:38
<b>Ostrach</b>	<b>an</b>	<b>14:11</b>		<b>18:51</b>	
<b>Ostrach</b>	<b>ab</b>		<b>16:11</b>		<b>21:51</b>
Burgweiler	ab		16:20		22:00
<b>Pfullendorf</b>	<b>an</b>		<b>16:32</b>		<b>22:12</b>

**gültig Samstag, 22. Februar 2025**

<b>Pfullendorf</b>	<b>ab</b>		<b>16:48</b>		<b>22:18</b>
Burgweiler	ab		17:02		22:32
<b>Ostrach</b>	<b>ab</b>	<b>14:31</b>	<b>17:11</b>	<b>19:11</b>	<b>22:41</b>
Hoßkirch K'eggsee	ab	14:43	17:23	19:23	22:53
Altshausen	an	14:56	17:36	19:36	23:08
Altshausen	ab	15:12	17:37	19:37	23:12
<b>Aulendorf</b>	<b>an</b>	<b>15:21</b>	<b>17:46</b>	<b>19:46</b>	<b>23:21</b>

**gültig Sonntag, 23. Februar 2025**

<b>Aulendorf</b>	<b>ab</b>	<b>08:33</b>	<b>11:13</b>	<b>14:13</b>	<b>16:33</b>	<b>19:13</b>
Altshausen	an	08:41	11:21	14:21	16:41	19:21
Altshausen	ab	08:45	11:25	14:25	16:45	19:25
Hoßkirch K'eggsee	ab	08:58	11:38	14:38	16:58	19:38
<b>Ostrach</b>	<b>an</b>		<b>11:51</b>			<b>19:51</b>
<b>Ostrach</b>	<b>ab</b>	<b>09:11</b>		<b>14:51</b>	<b>17:11</b>	
Burgweiler	ab	09:20		15:00	17:20	
<b>Pfullendorf</b>	<b>an</b>	<b>09:12</b>		<b>15:12</b>	<b>17:32</b>	

**gültig Sonntag, 23. Februar 2025**

<b>Pfullendorf</b>	<b>ab</b>	<b>09:48</b>		<b>18:18</b>	<b>17:48</b>	
Burgweiler	ab	10:02		15:32	18:02	
<b>Ostrach</b>	<b>ab</b>	<b>10:11</b>	<b>12:11</b>	<b>15:41</b>	<b>18:11</b>	<b>20:11</b>
Hoßkirch K'eggsee	ab	10:23	12:23	15:53	18:23	20:23
Altshausen	an	10:36	12:36	16:06	18:36	20:36
Altshausen	ab	10:37	12:37	16:12	18:37	20:37
<b>Aulendorf</b>	<b>an</b>	<b>10:46</b>	<b>12:46</b>	<b>16:21</b>	<b>18:48</b>	<b>20:48</b>

**Tickets gibt es am besten vorab im Internet**

- bei naldo.de (wenn Ihr aus Ri. Sigmaringen / Saulgau / Pfullendorf kommt)
- bei bahn.de oder über den DB-Navigator (wenn Ihr aus Richtung Friedrichshafen / Aulendorf / Ulm / Stuttgart / New York und weiter kommt)
- Im Notfall verkaufen wir Tickets im Zug.

**AOK-Expertin gibt wertvolle Gesundheitstipps**

**Fit durch die Grippewelle**

Die Wintermonate sind dafür bekannt: Husten, Heiserkeit und eine verstopfte Nase. Die Grippewelle ist aktuell in vollem Gange. Auch in dieser Saison scheint die Grippe besonders heftig zu sein. Im Kindergarten, in der Schule oder im Büro, in der Bahn oder im Supermarkt hört man überall Husten und Schniefen. Doch mit den richtigen Maßnahmen lässt sich das Immunsystem stärken und das Ansteckungsrisiko reduzieren. Margit Michelberger, Ernährungsexpertin der AOK Bodensee-Oberschwaben, gibt wertvolle Tipps, wie wir neben einer Impfung gesund durch die Grippewelle kommen.

**Starke Abwehrkräfte durch gesunde Ernährung**

„Eine gesunde Ernährung mit frischen, nährstoffreichen Lebensmitteln ist entscheidend für ein starkes Immunsystem“, erklärt Margit Michelberger. Besonders zinkhaltige Lebensmittel wie Nüsse, Sonnenblumenkerne und Vollkornprodukte tragen zur Stärkung der Abwehrkräfte bei. Auch Vitamin D spielt eine wichtige Rolle für die Immunfunktion – es kommt in Fisch, Eiern und Pilzen vor und wird zudem durch Sonnenlicht in der Haut produ-

ziert. Vitamin C kann dazu beitragen, den Verlauf von Infekten zu mildern. Es steckt nicht nur in Zitrusfrüchten, sondern auch in frischem Gemüse wie Brokkoli, Paprika und Rosenkohl.

#### **Ausreichend Flüssigkeit zu sich nehmen**

„Regelmäßiges Trinken hält die Schleimhäute feucht und hilft dem Körper, Krankheitserreger abzuwehren“, so Michelberger. Empfehlenswert sind Wasser, Tees und warme Zitronen- oder Ingwergetränke.

#### **Hygiene beachten**

„Gründliches Händewaschen ist eine der einfachsten und effektivsten Maßnahmen gegen Infektionen“, betont die AOK-Expertin. Zudem sollte es vermieden werden, sich mit ungewaschenen Händen ins Gesicht zu fassen. Auch das regelmäßige Desinfizieren von häufig genutzten Gegenständen, wie Smartphones oder Türklinken, kann helfen.

#### **Genügend Schlaf und Stressreduktion**

Ein ausgeruhter Körper ist widerstandsfähiger gegen Infekte. „Sieben bis neun Stunden Schlaf pro Nacht sind ideal“, empfiehlt Margit Michelberger. Auch Entspannungstechniken, wie Meditation oder Yoga, können helfen, Stress zu reduzieren und dadurch das Immunsystem zu stärken.

#### **Frische Luft und Bewegung fördern die Gesundheit**

Bewegung an der frischen Luft trägt zur Stärkung des Immunsystems bei: „Tägliche Spaziergänge oder Sport im Freien sind auch in der kalten Jahreszeit wichtig.“ Gleichzeitig sollten geschlossene Räume regelmäßig gelüftet werden, um Krankheitserreger zu reduzieren.

#### **Richtige Kleidung und Luftfeuchtigkeit beachten**

„Kalte Temperaturen können den Körper schwächen, daher ist es wichtig, sich wettergerecht zu kleiden.“ Zudem sollte trockene Heizungsluft vermieden werden, da sie die Schleimhäute austrocknet. Ein Luftbefeuchter oder feuchte Tücher auf der Heizung können Abhilfe schaffen. Sollten sich dennoch erste Erkältungssymptome zeigen, empfiehlt die Expertin sich auszuruhen und viel zu trinken, insbesondere warme Tees, um die Symptome zu lindern.

### **Die AOK Bodensee-Oberschwaben informiert:**

#### **Die Schattenseite der Fasnet: Komatrinken Eine aktuelle Auswertung der AOK zeigt einen leichten Rückgang**

Von Komatrinken wird gesprochen, wenn eine Person mindestens einmal im Monat sechs oder mehr alkoholische Getränke mit jeweils 10 Gramm Alkohol zu sich nimmt. Die Gefahr dabei: Diverse gesundheitliche Folgen und ein erhöhtes Risiko für Alkoholabhängigkeit. Eine aktuelle Auswertung der AOK Bodensee-Oberschwaben zeigt nur einen leichten Rückgang der aufgrund zu viel Alkohols behandelten AOK-Versicherten.

„Im Jahr 2023 wurden 774 Personen in der Region Bodensee-Oberschwaben aufgrund Alkoholmissbrauchs ärztlich behandelt“, sagt Markus Packmohr, Geschäftsführer der AOK Bodensee-Oberschwaben. „2019 waren es noch 828.“ Vorreiter ist dabei der Landkreis Ravensburg mit 363 behandelten Patientinnen und Patienten. Im Landkreis Sigmaringen waren es im Jahr 2023 200 Patientinnen und Patienten und im Bodenseekreis 211. Vor allem Jugendliche und junge Erwachsene trinken oftmals exzessiv. Von den insgesamt 774 betroffenen Menschen im Jahr 2023, waren 64 noch Jugendliche unter 15 Jahren. „Vor allem jetzt, während der Fasnet wird vermehrt Alkohol konsumiert. Oftmals so-

gar an mehreren Tagen hintereinander“, meint der AOK-Geschäftsführer. Das regt zur Besorgnis an: Alkohol hat schwerwiegende gesundheitliche Folgen. Neben Leberschäden als Langzeitfolge kann es zu Entwicklungsschäden durch eine beeinträchtigte Entwicklung des jugendlichen Gehirns kommen. Je jünger die Person ist, desto wahrscheinlicher sind bleibende Schäden. Außerdem besteht für Jugendliche, die bereits in jungen Jahren viel Alkohol trinken ein höheres Risiko, später eine Alkoholabhängigkeit zu entwickeln.

#### **Was können Eltern tun?**

Wichtig ist es, das Gespräch mit dem Sohn oder der Tochter zu suchen. Dabei sollte die Bedeutung und vor allem die Gefahren und Risiken von Alkohol vermittelt werden - schließlich kann Komatrinken zum Tod führen. Auch sollten feste Grenzen und Uhrzeiten beim Ausgehen gesetzt werden, damit weniger Zeit besteht, eine große Menge an Alkohol zu trinken.

Sollte das Kind stark betrunken nach Hause kommen, ist ein Gespräch in den darauffolgenden Tagen ratsam, die direkte Konfrontation noch im Alkoholrausch ist wenig zielführend. Von einem generellen Alkoholverbot sollte abgesehen werden. Das bringt oft nicht die gewünschte Wirkung: Es besteht die Gefahr, dass aus Trotz Alkohol getrunken wird.

#### **Weitere Informationen:**

- **Verzeichnis der Suchtberatungsstellen:** [www.bzga.de](http://www.bzga.de)
- **BZgA für Jugendliche:** [www.Kenn-dein-limit.info](http://www.Kenn-dein-limit.info)
- **Anonyme Beratung:** [www.drugcom.de](http://www.drugcom.de)
- **Bei komorbider Depression Online-Selbsthilfeprogramm:** <https://moodgym.de/>
- **Nähere Infos zum Haus- und Facharztprogramm der AOK:** [www.aok.de/bw/hausarztprogramm](http://www.aok.de/bw/hausarztprogramm) und [www.aok.de/bw/facharztprogramm](http://www.aok.de/bw/facharztprogramm)
- **Persönlich, menschlich und nah. Der Soziale Dienst der AOK Baden-Württemberg unterstützt und berät:** [www.aok.de/bw](http://www.aok.de/bw), Suchwort: Sozialer Dienst
- **Vermittlung und Beratung in allen AOK-KundenCentern vor Ort**

### **Kulturzirkel Hausen am Andelsbach**

**Am 15. März 2025 wird der Hirschaal in Hausen am Andelsbach zum „IRISH PUB und no meh“ - KUNST, KULTUR & LIVE-MUKKE!**

Die nächste Veranstaltung beim Kulturzirkel in Hausen am Andelsbach, die bereits unmittelbar bevorsteht, hat es so noch nicht gegeben. Deshalb sind wir schon sehr gespannt, wie dieses Event von unserem Publikum angenommen wird! Seit Jahrzehnten bietet unser ur-typischer Hirschaal Generationen von Hausenern und Besuchern gleichermaßen eine „hoimelige“ Gastfreundschaft und Traditionen der Gemütlichkeit bei unseren regelmäßigen Kulturzirkel-Veranstaltungen. Doch jetzt legen wir noch einen drauf und holen die Hirschaal-Zeiten von früher ins heute! Was passt da wohl besser, als am St.-Patricks-Weekend unser „Juwel in Holz“ mit Irisch-Schwäbischem-Pub-Zauber zu füllen! Tanzen, Lachen, Trinken, Singen! Ein unvergleichliches Ambiente für „an gmiatliche Obad“ mit Freunden!

**IRISH PUB und no meh! KUNST, KULTUR & LIVE-MUKKE!  
am Samstag, 15. März 2025**

**im Gasthaus Hirsch in Hausen am Andelsbach  
mit diesem beeindruckenden Programm!**

#### **Kindertheater**

Zuerst laden wir an diesem Tag alle Familien und Kinder zu uns ein. Der zauberhafte Startschuss ist am Nachmittag um 16 Uhr (Einlass ist bereits um 15 Uhr) mit dem Kindertheater Hoßkirch.

Es präsentiert das Stück „Der Wünschdirwas-Baum“, in dem Elfen und Zwerge um ihren Wald streiten, aber letztendlich doch feststellen müssen, dass Freundschaft die stärkste Magie ist!

### **Pub-Treiben**

Nach dem Kinder- und Familienteil gehen wir dann über ins gemütliche Pub-Treiben, so wie man es aus Irland kennt. Sports TV an der Bar mit Live-Schaltungen in die Temple Bar nach Dublin. Kühles Guinness und verschiedene Whiskeys ergänzen die schwäbische Wirtshauskarte. Und auch das kulinarische Angebot wird sich an der irischen Küche orientieren.

Wer möchte, nimmt dann ab 18 Uhr am schwäbisch-irischen Pub-Quiz teil und saht dort vielleicht noch schöne Preise ab!

### **Musikalische Unterhaltung**

Zudem spielt Daniel „The Earl of Sound“ Unger um 19 Uhr auf der Gitarre auf: Acoustic, Eigenes, 60s, Blues ,n' Boogie, Folk... getreu seinem Motto „Musik & Humor - als schönstes Ventil für alles Negative und Positive, was sich in einem Menschen anstaut...“. Ein unvergessliches Musik-Erlebnis im Hirschaal!

Ab 21 Uhr heißt es dann Bühne frei für die „Jerry Jigs“ mit Gitarre, Fidel und Perkussions! Wenn Ihr Lust auf Irish Folk habt, dann bekommt Ihr die beliebtesten Folksongs von „No Nay Never“ über „Whiskey in the Jar“ bis „Molly Malone“. Die drei Musiker\*innen singen nicht nur mehrstimmig, sondern auch mit viel Leidenschaft und Humor. Sie nehmen Euch mit auf eine musikalische Reise nach Irland, wo man sehr gerne singt und schunkelt!

### **Eintritt**

Bis 20 Uhr ist der Eintritt frei. Dann startet die Abendkasse mit fairen 8 € am Einlass. Wer schon früher da war und weiter bleiben möchte, sucht bitte den Wanderhut, entrichtet dort den Obulus und erhält so seinen Stempel!

Mehr über diese Veranstaltung erfahren Sie auch auf unserer Internetseite unter [www.kulturzirkel.de](http://www.kulturzirkel.de)

Wir freuen uns darauf, Sie bei unserer Veranstaltung im Hirschaal in Hausen am Andelsbach begrüßen zu dürfen und dort gemeinsam unvergessliche Momente zu erleben.

**Eintritt: 8,00 Euro (Karten nur an der Abendkasse)**

**Beginn: 16.00 Uhr (mit dem Kindertheater Hoßkirch)**

**Einlass: ab 15.00 Uhr**

### **Und auch diese Termine sollten Sie sich schon mal vormerken:**

04.10.2025	Michael Altinger im Hirschaal in Hausen a.A.
25.10.2025	Oldie Night im Waldhorn in Krauchenwies
09.11.2025	Judith Bach im Hirschaal in Hausen a.A.

Weitere Informationen zum Kulturzirkel und zu allen Veranstaltungen finden Sie auch stets auf unserer Internetseite unter [www.kulturzirkel.de](http://www.kulturzirkel.de). Dort können Sie jetzt schon die Eintrittskarten für alle Veranstaltungen zum Vorverkaufspreis online bestellen und an der Abendkasse hinterlegen oder sich aber auch zusenden lassen. **Schauen Sie doch einfach mal auf unserer Internetseite vorbei!**

Die Veranstaltungen finden überwiegend im wunderschönen Hirschaal in Hausen am Andelsbach statt, der mit seinem besonderen Flair weiterhin genau den richtigen Rahmen für unser Kulturprogramm bietet.

Die legendäre **OLDIE NIGHT**, die wir in diesem Jahr bereits zum 21. Mal zusammen mit der Band „Shake Five“ durchführen, funktioniert natürlich nur im Waldhorn in Krauchenwies.

Wir freuen uns sehr, wenn Sie zahlreich von unserem angebotenen Kultur-Programm Gebrauch machen. Gönnen Sie sich doch hin und wieder ein paar Stunden gute Laune und Heiterkeit beim Kulturzirkel Hausen am Andelsbach. Und natürlich werden wir bei allen Veranstaltungen auch wieder für Ihr leibliches Wohl sorgen.