

Mitteilungsblatt



Gemeinde Sigmaringendorf

16. Februar 2024

Ausgabe Nummer 7

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

Notdienstprechstunde im Zollernalb Klinikum
Friedrichstraße 37, 72458 Albstadt
☎ 116 117
Sonntags: 10:00-13:00 Uhr / 14:00-18:00 Uhr

Apotheken

Freitag, den 16.02.2024
Strüb Apotheke, Im Städtle 123, Veringenstadt,
☎ 07577/7326
Kanzach – Apotheke, Riedlinger Straße 5, Dürmentingen,
☎ 07371/129333

Samstag, den 17.02.2024
Marien Apotheke, Hauptstraße 78, Mengen, ☎ 07572/1020

Sonntag, den 18.02.2024
Apotheke im Hanfental, Bittelschießer Str. 20, Sigmaringen,
☎ 07571/5513
Donau Apotheke, Hindenburgstraße 10, Riedlingen,
☎ 07371/129333

Tierarzt

Samstag, den 17.02.2024 und Sonntag, den 18.02.2024
Janeta Dabruck, Bittelschießer Str. 7, Sigmaringen
☎ 13654
Dr. Metzger u. Kollegen, Schulhof 5, Sigmaringen
☎ 7492260

Wir sind für Sie da



☎ 07571/7305-0
✉ bmvorzimmer@sigmaringendorf.de
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:

Donnerstag, 22.02.2024 - Restmüllabfuhr
Donnerstag, 22.02.2024 - Biotonne

Abfallbehälter werden ab 6 Uhr geleert

Die Kreisabfallwirtschaft des Landkreises Sigmaringen weist darauf hin, dass für die Leerung von Abfallbehältern seit 1. Januar in einigen Abfuhrbezirken ein neuer Entsorgungsdienstleister zuständig ist. Zudem ist mit der Biomüllabfuhr eine neue Müllfraktion im Entsorgungskalender hinzugekommen. Vor diesem Hintergrund werden die Bürgerinnen und Bürger gebeten, die jeweiligen Mülltonnen **am Tag der Leerung** bereits um **6 Uhr** am Straßenrand bereitzustellen. Zu diesem Zeitpunkt beginnt der zuständige Dienstleister auch mit der Entsorgung der Abfälle. Frühere Informationen über Abholzeiten sind damit gegebenenfalls nicht mehr aktuell.

Wichtige Rufnummern

Polizei	1 10
Feuerwehr/Notarzt/Rettungsdienst	1 12
Krankentransport (bei Anwahl mit Mobil-Tel. nur mit Vorwahl möglich!)	1 92 22
Rathaus E-Mail: bmvorzimmer@sigmaringendorf.de	73 05-0
Donau-Lauchert-Schule Sigmaringendorf	64 58 09-0
Kinderhaus Sigmaringendorf	34 95
Kinderhaus Laucherthal	1 40 78
Forstrevier Sigmaringendorf-Scheer Herr Meikis, E-Mail: tobias.meikis@lrasig.de	Telefon 07571/102-2519
Sozialer Förderverein Nachbarschaftshilfe Fr. Metzger	47 53
Fr. Schäuble	1 43 76
SENOVA Sozialstation Haus Löwen Weingartenstraße 4, 72517 Sigmaringendorf Rund-um-die-Uhr Telefon:	07571 / 5 25 20
SENOVA Tagespflege	07571 / 5 25 20
Seniorenbetreuung Haus Löwen - Wohngemeinschaft - Entlastungsleistungen Weingartenstraße 4, Sigmaringendorf Fr. Roßknecht	07571 / 45 24
Sozialstation Thomas Geiselhart Leopoldplatz 1, 72488 Sigmaringen Rund-um-die-Uhr Telefon:	Tel. 0 75 71 / 72 99 70
Malteser Hilfsdienst Sigmaringen ab 19.00 Uhr	74 85-0 0171 / 7 62 56 21
Sozialstation Vinzenz von Paul Josefinenstr. 2/1 · 72488 Sigmaringen Rund-um-die-Uhr Telefon:	07571 / 74 12-50
Beratungsstelle Demenz Bahnhofstr. 5, 72488 Sigmaringen, Öffnungszeiten: Di. 11-12 Uhr, Do. 16-18 Uhr o. nach telef. Vereinbarung; Auch Hausbesuche sind möglich.	Tel. 0 75 71 / 74 12-44
Ambulanter Pflege- und Betreuungsdienst Sekunda Grund- und Behandlungspflege, professionelle Betreuung bei Demenzerkrankung, Hauswirtschaftliche Versorgung, Beratung und Anleitung für pflegende Angehörige. Habsthaler Str. 1, Krauchenwies	Tel. 0 75 76 / 76 43
Sozialstation des Deutschen Roten Kreuzes (rund um die Uhr) (Büro)	01 71 / 2 87 50 65 74 23-26
Biloba Häusliche Kranken- u. Altenpflege Sigmaringen	Tel. 075 71 / 6852414
St. Anna Hilfe gGmbH Sozialstation Scheer	24 Std. Tel. 075 72 / 76293
Störungsdienst bei Gasgeruch	08 00 / 0 82 45 05
Störungsdienst der EnBW	08 00 / 36 29-477
Caritasverband Sigmaringen - Erziehungsberatungsstelle - Psychologische Beratung für Eltern, Kinder u. Jugendliche - Fidelisstr. 1, 72488 Sigmaringen - Termine nach telef. Vereinbarung, Tel.: 07571/7301-60, E-Mail: erziehungsberatung@caritas-sigmaringen.de	
Beratungsstelle häusliche Gewalt (BhG)	07571/7301-0
Sigmaringer Tafel geöffnet Di. + Do. von 15.00 - 17.00 Uhr	
Interdisziplinäre Frühförderstelle für den Landkreis Sigmaringen Mariaberger Fachkliniken gGmbH - Sprechzeiten nach Vereinbarung Antonstraße 20, 72488 Sigmaringen, Tel.: 07571/7486-7019	
Praxis für Ergotherapie	Tel.: 07571/7486-7010

Pflegestützpunkt Landkreis Sigmaringen
Beratung für hilfe- und pflegebedürftige Menschen
und deren Angehörige
Hofstraße 12, 88512 Mengen, E-Mail: pflegestuetzpunkt@lrasig.de
Öffnungszeiten: vormittags: Mo.-Do. 09.30-11.30 Uhr, nachmittags: Do. 16.00-17.30 Uhr
Um Terminvereinbarung wird gebeten.

Tel. 07572/7137-372
sowie -368 und -431

Psychosoziale Beratungsstelle
Laizerstraße 1, 72488 Sigmaringen
Öffnungszeiten von Mo. - Fr.: 9.00 - 12.00 Uhr, weitere Sprechzeiten nach Vereinbarung.

Tel.: 07571-72965-50 oder - 52

Beratung HIV/AIDS 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

Tel. 07571/1026415

IBB-Stelle mit Patientenführsprecherin im Landkreis Sigmaringen
Beratung für psychisch Erkrankte und ihre Angehörigen
Sprechstunde jeden Donnerstag im Monat
(nach telefonischer Terminvereinbarung)

Tel. 07571/7301-55

Familiengesundheitszentrum – 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
Telefon 07571 102-4209 • www.landkreis-sigmaringen.de/fgz

Kinderschutzbund Kreisverband Sigmaringen
Ansprechpartner für Eltern, Kinder und Jugendliche
Bahnhofstr. 3, Tel. 07571-683028, info@kinderschutzbund-sigmaringen.de

Weisser Ring
Opferschutz-Opferrechte-Opferhilfe, Außenstelle Sigmaringen

0151 / 55164829

Sozialverband VdK - Unterstützung im Sozialrecht, z.B. Schwerbehinderung, Rente,
Pflege, Arbeitsunfähigkeit
Kreisverband Sigmaringen, Josefinenstr. 3, 72488 Sigmaringen.
Öffnungszeiten 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
Öffnungszeiten des Kreisverbandes:
Mo. 09.00 - 11.00 Uhr, Fr. 14.00 - 17.00 Uhr

Tel. (07571) 7438980

Tel. 07571 7474528

Fax 07571 7474530

Tafel Sigmaringen
Anschrift: Am Dettinger Berg 4, 72488 Sigmaringen.
Öffnungszeiten: Dienstag von 10:00 bis 12:30 Uhr, Samstag von 9:30 bis 11:30 Uhr
Spendenannahme an den Öffnungstagen von 6:00 Uhr - 11:30 Uhr
Ansprechpartner: Uwe Müller

Tel: 0162 2860681

Fundbüro

Es wurde eine Brille (Fundort: Bruderschaftsumzug/Hauptstraße) und ein einzelner Schlüssel (Fundort: Normaparkplatz) abgegeben.

Nähere Auskünfte im Bürgerbüro unter der Tel. Nr. 7305-25.

Landkreis Sigmaringen

Landrätin lädt zur Bürgersprechstunde ein

Landrätin Stefanie Bürkle lädt alle Bürgerinnen und Bürger des Landkreises Sigmaringen dazu ein, mit ihr ins Gespräch zu kommen. Die nächste Möglichkeit dazu besteht bei einer Bürgersprechstunde am **Dienstag, 5. März, ab 18 Uhr**. Die Leiterin der Kreisverwaltung steht zur Besprechung von Anliegen zur Verfügung und nimmt Wünsche und Anregungen entgegen.

Das Gespräch findet im Landratsamt, Leopoldstraße 4 in Sigmaringen, statt. **Anmeldungen nimmt das Sekretariat der Landrätin bis Montag, 26. Februar, unter der Telefonnummer 07571/102-1011** entgegen.

Ausschreibung Kulturlandschaftspreis 2024

Schwäbischer Heimatbund und Sparkassen belohnen Pflege und Entwicklung von Kulturlandschaften.

Privatpersonen, Vereine und Initiativen, die sich in Württemberg vorbildlich um den Erhalt traditioneller Landschaftsformen kümmern, können sich um den Kulturlandschaftspreis 2024 bewerben. Einsendungen sind bis zum 30. April möglich.

„Kulturlandschaften sind ein wichtiger Teil der Kulturgeschichte unseres Landes in all ihrer Vielfalt. Sie sind Zeichen für den bewussten und nachhaltigen Umgang mit den Ressourcen. Sie stiften Identität und sind Teil unserer Heimat. Jeder, der sich um ihren Erhalt sorgt, ist Vorbild und verdient öffentliche Anerkennung“, erläutert Dr. Bernd Langner, Geschäftsführer des Schwäbischen Heimatbundes, die Intention des mit über 10.000 Euro dotierten Preises. Besonderes Augenmerk richtet die Jury auf die Verbindung traditioneller Bewirtschaftungsformen mit innovativen Ideen, zum Beispiel zur Vermarktung der Produkte und zur Öffentlichkeitsarbeit. Im Fokus stehen aber auch Streuobstwiesen, Weinberge in Steillagen oder beweidete Wacholderheiden.

Der traditionelle **Jugend-Kulturlandschaftspreis** ist einer der Hauptpreise, die mit jeweils 1.500 Euro dotiert sind. Das Preisgeld stellen der Sparkassenverband Baden-Württemberg sowie die Sparkassenstiftung Umweltschutz zur Verfügung. Der seit 1991 vergebene Kulturlandschaftspreis zeichnet Privatleute, Vereine und ehrenamtliche Initiativen aus, die sich seit mindestens drei Jahren engagieren. Bewerben können sich Teilnehmer aus dem Vereinsgebiet des Schwäbischen Heimatbundes, also den ehemals württembergischen oder hohenzollerischen Teilen des Landes.

Ein zusätzlicher **Sonderpreis Kleindenkmale** würdigt die Dokumentation, Sicherung und Restaurierung von Kleindenkmalen. Dazu können Gedenksteine, steinerne Ruhebänke, Feld- und Wegekreuze, Bachbrücken, Trockenmauern sowie Wegweiser oder Feldunterstände gehören. Preiswürdig kann auch die inhaltliche Aufbereitung in Gestalt eines Buches sein.

Annahmeschluss für ausschließlich schriftliche Bewerbungen im Format DIN A4 ist der **30. April 2024**. Kostenlose Broschüren mit den Teilnahmebedingungen sind unter www.kulturlandschaftspreis.de, beim Schwäbischen Heimatbund in Stuttgart sowie bei allen württembergischen Sparkassen erhältlich. Die Verleihung findet im Herbst 2024 im Rahmen einer öffentlichen Veranstaltung statt.

Andere Behörden und Institutionen

B 463, Albstadt-Laufen Ersatzneubau der Eyachbrücke

Baumfällarbeiten für die Behelfsumfahrung von Mittwoch, 14. bis Freitag, 16. Februar 2024

Das Regierungspräsidium Tübingen plant, ab Mitte 2024 gebündelt mehrere Erhaltungsmaßnahmen auf der B 463 zwischen Balingen-Dürrwangen und Albstadt-Lautlingen durchzuführen. Ein Teil dieser Erhaltungsmaßnahmen ist der Ersatzneubau der Eyachbrücke bei Albstadt-Laufen. Für den Bau des Bauwerks wird eine Behelfsumfahrung mit einer Behelfsbrücke südlich der bestehenden Eyachbrücke der B 463 hergestellt. Im Vorfeld der eigentlichen Arbeiten müssen in diesem Bereich die vorhandenen Bäume gefällt werden.

Während der Arbeiten ist der Abschnitt der B 463 zwischen Balingen-Dürrwangen und Albstadt-Laufen ab Mittwoch, 14. Februar 2024, 8:30 Uhr, bis voraussichtlich Freitag, 16. Februar 2024, 12:00 Uhr, voll gesperrt. Die Terminierung in der Faschingsferienwoche wurde bewusst gewählt, um die Einschränkungen für die Verkehrsteilnehmenden zu minimieren.

Umleitungsführung

Die Umleitung in Fahrtrichtung Sigmaringen wird ab Balingen-Dürrwangen über Balingen-Stockenhausen, Balingen-Zillhausen, Albstadt-Pfeffingen und Albstadt-Margrethausen nach Albstadt-Lautlingen geführt. Die Umleitung in Fahrtrichtung Balingen verläuft in die entgegengesetzte Richtung.

Hintergrundinformationen

Am Dienstag, 20. Februar 2024, um 18:00 Uhr, findet in der Turn- und Festhalle in Albstadt-Laufen eine Informationsveranstaltung statt, in der über die Mitte 2024 beginnenden Baumaßnahmen entlang der B 463 zwischen Balingen-Dürrwangen und Albstadt-Lautlingen informiert wird. Hierzu hat die Stadt Albstadt eine separate Pressemitteilung veröffentlicht.

Informationen zu den Sperrungen und zur Umleitung können jeweils aktuell im täglich aktualisierten Baustelleninformationssystem des Landes Baden-Württemberg unter www.Verkehrsinform-BW.de abgerufen werden.



Baden-Württemberg

LANDWIRTSCHAFTLICHES ZENTRUM
FÜR RINDERHALTUNG, GRÜNLANDWIRTSCHAFT, MILCHWIRTSCHAFT, WILD UND FISCHEREI (LAZBW)

Baumschneideseminartag

Datum: 02.03.2024

Uhrzeit: 9:00 – 16:00 Uhr

Ort: LAZBW Aulendorf

Teilnahmegebühr inkl. Verpflegung und Lehrgangsunterlagen: 60,00 €

Online-Anmeldung bis zum 24.02.2024 erforderlich unter: www.lazbw.de

Inhalt der Veranstaltung:

Im März ist die beste Schnittzeit für Gehölze. Deshalb bietet die LAZBW auch in diesem Jahr ein Seminartag zum Schneiden von Obstbäumen an. Inhalte sind der fachgerechte Erziehungsschnitt

an Jungbäumen sowie Maßnahmen zur Pflege und Erhaltung alter Obstbaumbestände. Dass die Theorie nicht zu kurz kommen darf, das erfahren die Teilnehmenden zur Einführung vormittags, was bedeuten Wachstums- und Schnittgesetze für den erfolgreichen Obstbau und wie pflanzt man richtig einen Jungbaum?

Nicht nur in der Theorie, sondern auch in der Praxis lernen die Teilnehmenden die richtigen Techniken für den Schnitt an Jung- und Altbäumen, an Obstbaumhochstämmen, sowie an Obstbaum-Neupflanzungen kennen. Zusätzlich vermittelt der Kurs Hintergrundwissen zur Kunst des Baumschneidens. Am Beispiel der Obstpflanzungen entlang des Atzenberger Wegs wird verdeutlicht, welche Bedeutung der Streuobstbau für den Erhalt des Landschaftsbilds und den Schutz der Umwelt einnimmt.

Angeleitet werden die Teilnehmenden von dem erfahrenen Obstbauprofi, Alexander Ego.

Schnuppertag beim Finanzamt Sigmaringen

In den Osterferien, am 03.04.2024 können sich Schülerinnen und Schüler über die Arbeit in der Finanzverwaltung informieren. Das Ausbildungsteam stellt gemeinsam mit Auszubildenden und Studierenden die zweijährige duale Ausbildung zur Finanzwirtin oder zum Finanzwirt und das duale Studium zum Bachelor of Laws vor. Dabei werden Einblicke in die verschiedenen Arbeitsbereiche und die attraktiven Tätigkeitsfelder im Finanzamt gewährt.

Anmeldung mit Name und Adresse unter Ausbildung-85@finanzamt.bwl.de oder telefonisch unter 07571/101-273 oder -332. Allgemeine Informationen zur Ausbildung und zum dualen Studium finden sich auch unter www.steuer-kann-ich-auch.de.

Durchstarten mit Sinn

Vortrag und Informationen zu Freiwilligendiensten

Im Rahmen der berufskundlichen Reihe „BiZ-special“ der Agentur für Arbeit in Balingen, Stingstraße 17, geht es am 22. Februar um Freiwilligendienste. Christian Henze vom Internationalen Bund (IB) informiert ab 15:30 Uhr im Berufsinformationszentrum über das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ), das Freiwillige Ökologische Jahr (FÖJ) und den Bundesfreiwilligendienst (BFD). Er erklärt, welche Einsatzstellen es gibt, was ein Freiwilligendienst bringt und wie man diesen beruflich verwenden kann.

Freiwilligendienste werden gerne genutzt, um die Zeit zwischen Schulabschluss und Ausbildungs- oder Studienbeginn sinnvoll zu überbrücken. Sie stehen allen offen, die die Vollzeitschulpflicht erfüllt haben. An einem FSJ oder FÖJ können Jugendliche bis zum Alter von 26 Jahren teilnehmen, beim BFD gibt es auch Angebote über dieser Altersgrenze.

Im FSJ kann man herausfinden, ob sich das soziale Arbeitsfeld als künftiger Beruf eignet. Die Teilnehmenden erleben hautnah alle Facetten der sozialen Arbeit und können dabei ihre Persönlichkeit weiterentwickeln. Einsatzmöglichkeiten gibt es im Umweltbereich, in sozialen Einrichtungen, im kulturellen Bereich, bei einem Sportverein oder in der Denkmalpflege.

Ein FÖJ dauert in der Regel 12 Monate und beginnt zum 01. September. Der Einsatz erfolgt u.a. in den verschiedensten Gebieten der Landschaftspflege, des Naturschutzes, in Umweltbüros, in Einrichtungen der Umweltbildung und -Erziehung sowie auf Bauernhöfen.

Der BFD bietet im sozialen, ökologischen oder kulturellen Bereich, im Sport, in der Integration oder im Zivil- und Katastrophenschutz Möglichkeiten, sich für das Allgemeinwohl zu engagieren. Jüngeren gibt es die Chance, persönliche und soziale Kompetenzen zu vertiefen, Ältere können die eigene Lebens- und Berufserfahrung einbringen.

Bauernverband Biberach-Sigmaringen e.V.

Seminar „Steuerliche Betriebsaufgabe“

am Donnerstag, den 22. Februar 2024 um 13:30 Uhr im Gasthaus Traube in Betzenweiler.

Es werden alle Aspekte, welche mit der „Hofaufgabe“ zusammenhängen, erläutert.

Referenten: Rudolf Barthel, Steuerberater und Geschäftsführer der AGR Steuerberatungsgesellschaft mbH, Dieter Deiber, LBV-U und Niklas Kreeb, Geschäftsführer Bauernverband Biberach-Sigmaringen e.V.

Für Mitglieder betragen die Kosten 25 €/p.P., für Nichtmitglieder 50 €/p.P.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Anmeldung: Geschäftsstelle Biberach Tel. 07351/3476-10 oder Geschäftsstelle Sigmaringen Tel. 07571/7309-10

Caritas hält Info-Vortrag zum Thema „Vorsorge treffen“

Jeder Erwachsene sollte eine Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht haben - ganz egal in welchem Alter. Daher lädt die Caritas Biberach-Saulgau am Dienstag, den 27. Februar zu einem Info-Vortrag ein. Beginn ist um 14 Uhr im Katholischen Gemeindehaus „Bischof-Sproll-Haus“, Weiherstraße 43 in Bad Buchau. Veranstalter sind die „Pflegerischen Angehörigen“. Um eine Spende wird gebeten.

Ein Unfall oder eine schwere Krankheit kann jeden jederzeit treffen. Mit einer Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht soll vorgesorgt werden, dass die ganz persönlichen Vorstellungen umgesetzt werden, auch wenn man sich nicht mehr äußern kann.

Doch was gibt es zu beachten? Welche geeigneten Vordrucke gibt es? Wie kann mit besonderen Familienkonstellationen umgegangen werden und wie findet sich die ganz persönliche Wertevorstellungen wieder? Solche und weitere Fragen sind Thema im Vortrag der Caritas-Mitarbeiterin Sonja Hummel.

Die Veranstaltung ist kostenfrei und eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Weitere Informationen sind erhältlich bei den Fachdiensten Hilfen im Alter von Caritas (Andrea Müller, Tel. 07351 8095190) und Diakonie (Karl-Heinrich Gils, Tel. 07351 1502-50), www.basisversorgung-biberach.de.

Der EnBW-MacherBus fährt auch 2024 wieder durch Baden-Württemberg und hilft vor Ort

Bewerbungsfrist für ehrenamtliche und gemeinnützige Projekte läuft bis 25. März 2024.

Die EnBW ist sich ihrer sozialen Verantwortung als Unternehmen bewusst und setzt sich deshalb für einen nachhaltigen Beitrag für Gesellschaft und Umwelt ein. Förderung von Vielfalt, Inklusion und Sozialkompetenz sowie die Unterstützung gemeinnütziger Projekte liegen ihr sehr am Herzen.

Daher haben die Macher*innen der EnBW auch im letzten Jahr kräftig angepackt und gemeinnützige Projekte in Baden-Württemberg umgesetzt. Über 30 Projekte hat das EnBW MacherBus-Team insgesamt schon realisiert und auch 2024 juckt es den freiwilligen Helfer*innen schon wieder in den Fingern spannende Herzensprojekte anzugehen.

Wo der Bus in diesem Jahr Station macht, entscheidet ein Wettbewerb. Bis 25. März 2024 können sich Vereine und gemeinnützige Einrichtungen, die in Baden-Württemberg ansässig sind, bewerben. Das Projekt sollte sich in einer der drei Kategorien - „Kinder und Jugendliche“, „Senioren und Soziales“ oder „Tiere und Umwelt“ – einordnen lassen.

Eine interne Jury aus EnBW Mitarbeiter*innen wählt nach Ablauf der Bewerbungsfrist aus allen Bewerbungen je drei Projekte pro Kategorie aus. Vom 13. bis 20. Mai 2024 kann dann online für die Favoriten abgestimmt werden. Gewinner des Wettbewerbs sind die drei Projekte, die in ihrer Kategorie jeweils die meisten Stimmen erhalten haben. Zusätzlich zu den Gewinnern wird die EnBW-Jury selbst ein viertes Gewinnerprojekt auswählen. Im Sommer rücken die EnBW-Macher*innen dann mit Kraft und Köpfchen je einen Tag lang an. Mit im Gepäck sind bis zu 5.000 €, mit denen Kosten für Material und Fachpersonal gedeckt werden können.

Alle Informationen zur Bewerbung und das Bewerbungsformular finden Sie unter www.enbw.com/macherbus

Fortbildung und Schule

Freie Lehrstellen im Landkreis Sigmaringen für 2024/2025

Das Handwerk bietet jungen Menschen mit einer dualen Ausbildung **krisensichere Zukunftsperspektiven für den Start in die berufliche Karriere**. Aktuell sind für das Jahr 2024 827 Lehrstellen in 533 Betrieben und für das Jahr 2025 bereits 202 Lehrstellen in 123 Betrieben veröffentlicht. Außerdem sind 481 Praktikumsplätze ausgeschrieben.

Für den **Landkreis Sigmaringen** sehen die Zahlen wie folgt aus: Für das Ausbildungsjahr 2024 sind aktuell 133 Lehrstellen in 90 Betrieben ausgeschrieben und 17 Ausbildungsplätze in 14 Betrieben für 2025 (www.hwk-reutlingen.de/lehrstellensuche). In der Praktikabörse sind außerdem 56 Praktikumsplätze veröffentlicht.

Für 2024 werden im **Landkreis Sigmaringen** aktuell die meisten Auszubildenden in folgenden Berufen (jeweils m/w/d) gesucht: 5 Anlagenmechaniker für Sanitär- Heizungs- und Klimatechnik, 1 Aufbereitungsmechaniker/in- Naturstein, 3 Augenoptiker, 1 Automobilkaufmann/-frau, 4 Bäcker, 3 Baugeräteführer, 1 Bauzeichner- Architektur, 8 Beton- und Stahlbetonbauer, 5 Elektroniker, 1 Fachhelfer für Reinigungstechnik, 1 Fachkraft für Lagerlogistik, 1 Fachpraktiker für Holzverarbeitung, 1 Fachpraktiker für Maler und Lackierer, 1 Fachverkäufer im Lebensmittelhandwerk- Bäckerei, 2 Feinwerkmechaniker, 4 Friseur, 2 Gärtner- Garten- und Landschaftsbau, 1 Gebäudereiniger, 1 Glaser, 4 Hörakustiker, 1 Immobilienkaufmann/-frau, 2 Kaufmann/-frau für Büromanagement, 1 Konditor, 2 Konstruktionsmechaniker, 7 Kraftfahrzeugmechaniker, 1 Kunststoff- und Kautschuktechnologie- Formteile, 5 Land- und Baumaschinenmechaniker, 6 Maler- und Lackierer, 15 Maurer, 7 Metallbauer, 1 Rollladen- und Sonnenschutzmechaniker, 1 Schornsteinfeger, 1 Steinmetz und Steinbildhauer, 9 Straßenbauer, 1 Straßenbauer- Studiengang, 9 Stuckateur, 1 Technischer Modellbauer- Gießerei, 7 Tischler/Schreiner und 2 Zimmerer.

Seminar Akademie Innovationscampus Sigmaringen

Künstliche Intelligenz im Marketing

KI - Künstliche Intelligenz - ist derzeit in aller Munde und findet bereits in vielen Bereichen Anwendung. Die Ziele beim Einsatz von KI-Programmen und Tools liegen vor allem in einer höheren Effizienz der Marketingautomatisierung und der digitalen Transformation. Für viele kleine und mittelständische Unternehmen stellt sich jedoch die Frage, welchen Stand die aktuelle KI-Entwicklung tatsächlich hat, welche konkreten Möglichkeiten sich für Unternehmen im Marketing ergeben und welche Vor- sowie Nachteile zu beachten sind. Besonders im Marketing eröffnen sich zwar große Potenziale, jedoch existieren auch Stolpersteine und Missverständnisse.

Das Seminar ist aufgeteilt in 2 Themenblöcke:

Teil 1: Die Nutzung von Tools zur Erstellung und "intelligenten" Bereitstellung von Inhalten:

Hier gehört beispielsweise die Generierung von Texten und Bildmaterial in jeglicher Form dazu. Tools, die im Seminar vorgestellt werden, sind beispielsweise ChatGPT, OpenAI Playground, Writersonic oder DeepAI. Ein weiterer Inhalt des Seminars ist an dieser Stelle die Nutzung von KI-Inhalten im Rahmen von Kommunikationskanälen (bspw. Kundenchat, etc.).

Teil 2: Die Auswertung und Analyse von Marketingdaten:

Hier werden die Möglichkeiten zur Auswertung bzw. der Analyse von Kundendaten, Kaufprofilen, etc. vorgestellt. Es geht beispielsweise darum, konkrete Produkt- / Dienstleistungsempfehlungen mit Hilfe der ausgewerteten Kundendaten zu generieren und Kundendaten im Allgemeinen effektiver nutzen zu können, Automatismen zu integrieren und die dafür notwendigen internen Ressourcen im Unternehmen zu reduzieren. Beispiele für Tools sind u.a. GetResponse oder Zapier.

Dozent des Seminars ist Jörg Meyer. Er ist Inhaber der Online-Marketing & Webagentur macobus@ in Sigmaringen und seit über 15 Jahren im Online-Marketing tätig.

Termin: Donnerstag, 14.03.2024, 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr

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

Preis: 60,00 Euro, zzgl. MwSt.

Mehr Informationen und Anmeldung:

www.innovationscampus-sigmaringen.de

VHS Mengen

Aquafitness

Jeder, der Spaß an der Bewegung im Wasser hat, ist in diesem Kurs genau richtig. Mit Hilfe vieler Übungen und verschiedener Aquafitness-Geräte stärken wir unseren Körper, in dem wir Muskultur aufbauen, unsere Koordination verbessern und das Herz-Kreislauf-System trainieren.

Beginn: 22.02., 20.45-21.30 Uhr

Leitung: Diane Scheike

Spanisch für alles was Spaß macht 1: Ferien, Freizeit, Kultur, Küche (A1)

Sie wissen vielleicht was "tapas" sind und haben schon einmal einen "café con leche" bestellt, wollen aber Ihren Kontakt zu den Bewohnern Spaniens vertiefen? Dann ist dieser Anfängerkurs das Richtige für Sie. Nach einer kurzen Einführung in die Ausspracheregeln und in grundlegende Grammatikstrukturen, werden Sie einfache Fragen stellen und auch beantworten können. Ihr Wortschatz wird in Dialogen und einfachen Übungen aus Alltag und

Beruf erweitert. Spezielle Wünsche nach bestimmten Themenbereichen werden natürlich gerne berücksichtigt, wenn das Niveau es zulässt (Lehrbuch: Con gusto nuevo A1).

Beginn: 26.02., 18.30-20.00 Uhr

Französisch lernen macht Spaß 2 (A1)

Alle, die schon immer Französisch lernen wollten oder in den Urlaub nach Frankreich fahren, werden hier viel über Land und Leute erfahren. In angenehmer Atmosphäre werden wir zusammen Wortschatz und Grammatik erarbeiten. Der Kurs ist zur Auffrischung bei geringen Kenntnissen geeignet (Lehrbuch: Perspectives Allez-y! A1, Lektion 3).

Beginn: 05.03., 18.00-19.30 Uhr

Da die Teilnehmerszahl begrenzt ist, sollte man sich bei der vhs Mengen rechtzeitig über die Homepage (www.vhs-mengen.de), persönlich in der Geschäftsstelle oder telefonisch (07572 607670) anmelden.

Die neuen Programmhefte der vhs Mengen liegen in Mengen und in der Region aus. Ab Mitte Februar beginnen weitere Kurse: Von Augen- und Sehtraining, Selbstbewusst auftreten, Kraftquellen entdecken und nutzen, Heilpflanzen im Frühjahr, Faszienfit über Deutsch lernen, Smartphone und Excel für Anfänger oder Fortgeschrittene – bei den Kursen des Frühjahrs- und Sommersemesters gibt es wieder einiges zu entdecken.

Anmeldungen sind ab sofort über die Homepage (www.vhs-mengen.de), persönlich in der Geschäftsstelle (Hauptstr. 77-81) oder telefonisch (07572 607670) möglich.

Hohenzollern - Gymnasium Sigmaringen Theodor-Heuss-Realschule Sigmaringen Bilharzschule - Werkrealschule Sigmaringen

Anmeldetermine für das Schuljahr 2024/25 – Klasse 5
Dienstag bis Freitag, 05. - 08. März 2024

Ab sofort ist auch eine schriftliche Anmeldung möglich (spätester Posteingang 08.März 2024).

Das Anmeldeformular finden Sie auf der Homepage der jeweiligen Schule.

Bringen Sie zur Anmeldung bitte die Seiten 3 und 4 der Grundschulempfehlung, sowie einen Nachweis über einen entsprechenden Masernschutz mit.

Hohenzollern-Gymnasium

Martin Hoffmann, Schulleiter
05.-08.03.: 08:00 h – 12:30 h
05.-07.03.: 14:00 h – 17:00 h
08.03.: 08:00 h – 12:30 h

Theodor-Heuss-Realschule

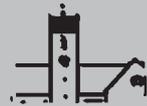
Anna-Maria Benz-Wannemacher, Schulleiterin
05.-08.03.: 08:00 h - 12:00 h
13:00 h – 17:00 h

Bilharzschule

Susanne Seßler, Schulleiterin
05.-08.03.: 08:00 h – 12:00 h
06.03.: 13:30 h – 15:30 h

Bitte besuchen Sie uns im Internet, um aktuelle Informationen über das Anmeldeverfahren zu erhalten.

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
Tel. 6867090, Fax 6867092
E-Mail: 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

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
Mittwoch geschlossen
Telefon: 07571/730930, Telefax: 07571/7309399
E-Mail: info@kath-sigmaringen.de

Aktuelle Informationen aus der Seelsorgeeinheit Sigmaringen

Auf unserer Homepage www.kath-sigmaringen.de werden wir alle wichtigen Informationen bekanntgeben, so ist es Ihnen möglich auf dem Laufenden zu bleiben.

Sonntag, 18. Februar

9:00 Uhr	Bingen	1. Fastensonntag Gen 9,8-15,1 Petr 3,18-22, Ev: Mk 1,12-15 Eucharistiefeier ; für Erika Bregenzer und Angehörige
9:00 Uhr	Sigmaringen (Krankenhaus)	Krankenhauskapelle: Eucharistiefeier
9:30 Uhr	Sigmaringen (St. Johann)	Eucharistiefeier ; für Seelenamt Hildegard Flad; Elke Gitschier, Josefine und Roman Gitschier und Patrick Labrousse; Monika und Alois Schleicher
10:30 Uhr	Sigmaringendorf	Wortgottesfeier Pizza und Kirche
11:00 Uhr	Sigmaringen (St. Fidelis)	Eucharistiefeier ; für Olga, Maria und Josef Zerr, Anna Podoljak und Angehörige; Norbert Weinert; Heinz Dangel
15:00 Uhr	Sigmaringen (Gorheim)	Taufe von Alexandra Meyer
18:00 Uhr	Sigmaringen (Gorheim)	Wortgottesfeier , mit Kommunionfeier - ANDers geDACHT

Montag, 19. Februar

8:30 Uhr Sigmaringendorf **Morgengebet**

Dienstag, 20. Februar

18:00 Uhr Sigmaringen (St. Fidelis) **Eucharistiefeier**, anschließend Fidelishock

Mittwoch, 21. Februar

18:00 Uhr Sigmaringendorf **Eucharistiefeier** (Jahrtagsgedächtnis 12.-25.02.); für Josefine Maier; Lydia Schweizer; Angelo Burgio, Familie Armenio und Maria Venticinqu; Helmut Füss

18:00 Uhr	Jungnau	Andacht
18:00 Uhr	Sigmaringen (Krankenhaus)	Krankenhauskapelle: Eucharistiefeier
Donnerstag, 22. Februar		
Kathedra Petri		
9:00 Uhr	Sigmaringen (Fidelishaus)	Fideliskapelle: Fidelismesse zur Marktzeit
16:00 Uhr	Sigmaringendorf	Gesprächsraum in der Kirche: Seelsorgliche Gespräche und Beichte mit Stefan Thron
18:00 Uhr	Bingen	Eucharistiefeier (Jahrtagsgedächtnis 19.-25.02.)
Freitag, 23. Februar		
14:30 Uhr	Sigmaringen (Fideliswiesen)	Cafeteria: Wortgottesfeier
18:00 Uhr	Sigmaringen (Gorheim)	Eucharistiefeier mit Anbetung und Segen
Samstag, 24. Februar		
Hl. Matthias Apostel, Fest		
11:00 Uhr	Sigmaringen (St. Johann)	Taufe von Una Skenderovic
16:00 Uhr	Sigmaringen (Gorheim)	Seelsorgliche Gespräche und Beichte bis 17:00 Uhr, mit Pfarrer Baumgartner
18:00 Uhr	Sigmaringen (St. Fidelis)	Eucharistiefeier der polnischen Gemeinde
Sonntag, 25. Februar		
2. Fastensonntag		
Gen 22,1-2.9a.10-13.15-18,Röm 8,31b-34, Ev: Mk 9,2-10		
Zählung der Gottesdienstbesucher		
9:00 Uhr	Oberschmeien	Eucharistiefeier ; für Rita Hanner
9:00 Uhr	Jungnau	Wortgottesfeier
9:00 Uhr	Sigmaringen (Krankenhaus)	Krankenhauskapelle: Eucharistiefeier
9:30 Uhr	Sigmaringen (St. Johann)	Eucharistiefeier ; für Pauline und Georg Scholter, Dieter Rempt; Marie Luise Müller
10:00 Uhr	Sigmaringen (Josefinenstift)	Cafeteria: Wortgottesfeier
10:30 Uhr	Bingen	Eucharistiefeier ; für Gernod Schweizer, Maria und Georg Eisele und Angehörige
10:30 Uhr	Sigmaringendorf	Eucharistiefeier ; für Hildegard Schnell; Rumo Allespach
10:30 Uhr	Sigmaringendorf	Saal (Gemeindehaus): Kindergottesdienst
11:00 Uhr	Sigmaringen (St. Fidelis)	Eucharistiefeier AbenteuerKIRCHE
14:30 Uhr	Sigmaringendorf	Taufe von Lian Brodbeck
18:00 Uhr	Sigmaringen (Gorheim)	Eucharistiefeier



Ministrantenplan

Sonntag, 18.02.24
Gr.2 Mattes,Pius,Noah S, Verena, Jann, Benedict

Mittwoch, 21.02.24
Mi.Gr.1 Julian S, Verena, Max, Lotta, Noah K, Willy

Sonntag, 25.02.24
Gr.3 Ida, Lore, Leon, Matteo, Emma, Luna

Mittwoch, 28.02.24
Mi.Gr.2 Mattes, Noah S, Elias S, Matteo, Julian W, Luna, Benedict

Und wieder Filmgespräche in der Fastenzeit: „The Chosen“ Staffel 3



Sie sind herzlich eingeladen, an drei Abenden in die Lebenswelt Jesu einzutauchen und im anschließenden Filmgespräch verschiedenen Fragen nachzugehen, die jeden von uns auch heute betreffen: „Wie gestalte ich meine Beziehungen? Wie gehe ich mit Zweifeln um? Welche guten Pläne hat Gott für mein Leben und wie erkenne ich sie?“ ...

In der dritten Staffel der amerikanischen Fernsehserie „The Chosen“ (deutsch: der Auserwählte oder auch die Auserwählten) beschäftigen sich die einzelnen Filme mit der Thematik der Bergpredigt, weiteren Heilungsgeschichten, sowie der Sendung der Jünger Jesu.

Nach einer Einführung und dem gemeinsamen Schauen der jeweiligen Filmsequenz stehen die persönliche Auseinandersetzung mit dem jeweiligen Thema, die geteilten Glaubenserfahrungen der Gruppe und der persönliche Austausch im Mittelpunkt, um die persönliche Beziehung zu Jesus von Nazareth neu zu entdecken und/ oder zu festigen.

Die Kenntnis der ersten beiden Staffeln sind keine Voraussetzung zur Teilnahme an den Veranstaltungen. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Die Inhalte und eine Zusammenfassung der Filme der ersten beiden Staffel werden an die Teilnehmer im Vorfeld verschickt. Die Filmabende finden im Gemeindehaus in Sigmaringendorf an folgenden Terminen statt:

Mittwoch, 21.02.2024

Mittwoch, 28.02.2024

Mittwoch, 06.03.2024.

Die Abende beginnen jeweils um 19:30 Uhr. **Bitte melden Sie sich zu den Filmgesprächen per Mail bis Sonntag, 18.02.2024 an (r.schmucker@kath-sigmaringen.de).**

Herzlich Willkommen!

Scannen Sie den QR-Code, dann erhalten Sie einen ersten Eindruck der Serie!



ALPHA 2024 in der Planungsphase

Im letzten Jahr gab es einen ALPHA-Kurs, an dem 40 Personen aus unserem Landkreis teilnahmen. Bis heute schwingen die Eindrücke der Kursabende, die gute Gemeinschaft, die Diskussionen und die Glaubenserfahrungen nach.



Auch im laufenden Jahr soll es in unserer Seelsorgeeinheit wieder einen ALPHA geben. Geplant ist ein Start nach Ostern in der Woche 08.04. – 11.04.2024. Der Kurs wird sich aus 8 Abenden und einem ALPHA-Tag zusammensetzen.

Alle, die gerne bei ALPHA 2024 mitarbeiten möchten, sind sehr herzlich zu einem ersten **Vorbereitungstreffen** eingeladen:

am Dienstag, 27.02.2024, um 19:00 Uhr, im Gemeindesaal Sigmaringendorf.

An diesem Abend möchten wir die Termine genauer abstecken, die Struktur der einzelnen Abende (gemeinsames Essen, Input per Video, Gruppengespräche, Lobpreis) besprechen und verschiedene Mitarbeiterteams bilden. Wie es bei ALPHA üblich ist, möchten wir mit einem kleinen Essen beginnen. Deshalb würde ich mich über eine kurze Rückmeldung freuen, um besser planen zu können, unter: r.schmucker@kath-sigmaringen.de

Alle, die gerne teilnehmen und dafür konkretere Infos zum ange-dachten Kurs möchten, dürfen sich ebenfalls gerne bei mir melden.

Regina Schmucker

Sternwallfahrt nach Flüeli

Vom 03. - 04. Mai 2024 sind Frauen unterwegs nach Flüeli zum Wirkungsort des Heiligen Nikolaus und seiner Frau Dorothee „Heil sein in Gott“ – unter diesem Motto machen sich ca. 80 Frauen der Katholische Landfrauenbewegung (KLFB) mit dem Bus auf den Weg ins Berner Oberland, zum Geburts- und Wirkungsort des Nikolaus von Flüe, Nationalheiliger der Schweiz und Patron der KLFB. Spirituelle und kreative Angebote, Gottesdienste und eine Lichterprozession aus dem Ranft laden ein zu Meditation und Begegnung. Auch Männer sind herzlich eingeladen.



Information und Anmeldung bis 15.02.2024:
 Marlies Bohner, 07576-962998
 Kath. Landfrauenbewegung Freiburg
 Tel. 0761-5144-243
 E-Mail: info@kath-landfrauen.de



Herzliche Einladung zu „Pizza und Kirche“ am 18.02.24

„Sei ein Mensch“, so lautet das Motto des 3. Pizza und Kirche Gottesdienstes.

Zu Beginn der Fastenzeit möchten wir uns darauf besinnen, was uns als Menschen ausmacht.

„Sei ein Mensch“, so endete die Rede von Marcel Reif anlässlich des Holocaust-Gedenktages im Bundestag und er zitiert damit seinen Vater, einen polnischen Juden, der den Holocaust überlebt hat. Und so soll dieser Gottesdienst auch ein Plädoyer sein für eine offene und tolerante Gesellschaft.

Wir laden Sie von Herzen zu diesem besonderen Gottesdienst am **Sonntag, 18. Februar 2024 um 10.30 Uhr in die Pfarrkirche in Sigmaringendorf** ein.

Nach der Wortgottesfeier gibt es die Möglichkeit, zusammen Mittag zu essen, dabei miteinander ins Gespräch zu kommen und Kontakte zu knüpfen.

Am hinteren Eingang der Kirche können Sie sich in eine Liste eintragen, wenn Sie mit uns im Anschluss an den Gottesdienst Pizza essen möchten. Für Getränke ist ebenfalls gesorgt. Die Kosten tragen wir gemeinsam über ein Spendenkässchen vor Ort.

Eingeladen sind alle - jung und alt - die gerne Pizza essen, am Sonntag nicht kochen möchten und auch alle, die sonst alleine essen müssten... Stillen Sie Ihren Hunger – den im ursprünglichen und den im übertragenen Sinne.

Wir freuen uns sehr über viele neue und altbekannte Gesichter!
 Für das Vorbereitungsteam
 Anna und Dominique Halmer, Regina Schmucker

Evang. 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, 18.02.2024, Invokavit

09:30 Uhr Gottesdienst in der Ev. Stadtkirche Ströhle & Heinzmann
Eröffnungsgottesdienst zur Vesperkirche

Dienstag, 20.02.2024

10:00 Uhr Gottesdienst im Josefinenstift Hornäcker

Veranstaltungen:

Freitag, 16. Februar 2024

15:00 Uhr bis 16:30 Uhr Spiele und Begegnungsnachmittag für alle die Lust haben zu kommen im ev. Gemeindehaus, Karlstraße 24. Eingeladen sind sowohl Kinder als auch Erwachsene, zu Kaffee und Kuchen, Spielen und Begegnung!

Montag, 19. Februar 2024

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. Jeder, der mitsingen möchte, ist herzlich willkommen.

Mittwoch, 21. Februar 2024

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, Tel. 07571-3430

15:00 – 16:30 Uhr, Konfirmandenunterricht für beide Gruppen

im Gemeinderaum in der Kreuzkirche, Binger Str. 9 mit Pfarrerin K. Fingerle

Freitag, 23. Februar 2024

15:00 – 16:45 Uhr Konfi3 in den Gemeinderäumen der Kreuzkirche, Binger Str. 9 bei Pfarrerin Fingerle und Team.



Herzliche Einladung zur Vesperkirche

Am 18. Februar beginnt die 3. Sigmaringer Vesperkirche. 13 Tage lang wird es wieder Essen im Gemeindehaus der Evangelischen Kirchengemeinde (Karlstraße 24) geben.

Das Wichtigste zuerst. Alle sind eingeladen. Das Essen ist bewusst kostenfrei. Wer will kann aber natürlich gerne etwas spenden, um so zur Vesperkirchengemeinschaft beizutragen.

13 Tage lang stellen wir bewusst das Miteinander ins Zentrum unseres Lebens und dazu möchten wir, die Johannes-Ziegler-Stiftung und die Ev. Kirchengemeinde Sie einladen. Wir wollen mit der Vesperkirche Räume öffnen für Gespräche und Begegnungen und den Austausch miteinander. Aber auch wenn sie nur kurz in der Mittagspause Zeit haben. Sie sind herzlich eingeladen. Kommen Sie vorbei.

Neben dem Mittagessen von 11-14 Uhr können Sie sich niederschwellig über eine Vielzahl an Beratungsangeboten informieren, die es im Landkreis Sigmaringen gibt. An zwei Tagen besteht ebenso die Möglichkeit sich kostenfrei die Haare schneiden zu lassen. Des weiteren steht eine Ärztin an einem Tag für Fragen bereit. Und natürlich gibt es wieder eine Vielzahl an Abendveranstaltungen und Konzerten. Erstmals wird es zudem am Dienstag, den 20. Februar einen Vesperabend geben, der musikalisch mit einem Vorspiel der Musikschule enden wird. Abgeschlossen wird jeder Vesperkirchentag um 14:00 Uhr mit einer Andacht bzw. mit einer musikalischen Atempause in der Ev. Stadtkirche, auch hierzu laden wir gerne ein.

Ausführliche Informationen finden sie unter: evang-sig.de/vk
Herzlich bedanken möchten wir uns bei allen, die die Vesperkirchenbewegung durch Spenden, Mitarbeit und Mitdenken unterstützen.

Das Vesperkirchenprogramm im Überblick (Beratungsangebote, Konzerte, Veranstaltungen, besondere Schwerpunkte) So 18. Februar 2024

9:30 Uhr Stadtkirche Eröffnungsgottesdienst im Anschluss erster Vesperkirchentag

Mo 19. Februar 2024

Beratung und Information: **Mariaberg / Menschen mit Behinderungen**

Di 20. Februar 2024

Beratung und Information: **Familienförderung und Kindertagesbetreuung des Landratsamtes. Gemeindepsychiatrischer Dienst der Caritas**

Personen: **Die Schirmherrin Gerlinde Kretschmann bedient.**

Sonstiges: **Zusätzlich zum Mittagessen beginnt um 17:30 Uhr der Vesperabend. Ab 19:00 Uhr Musik mit der Musikschule Sigmaringen**

Mi 21. Februar 2024

Beratung und Information: **Beratungsstelle Häusliche Gewalt des Caritasverbandes Sigmaringen Caritas-Beratungsstelle für ältere Menschen und pflegende Angehörige**

Personen: **Es bedient die Landrätin Stefanie Bürkle.**

Do 22. Februar 2024

Beratung und Information: **Soziale Dienste des DRK Sigmaringen und Sozial und Verfahrensberatung von DRK, Diakonie und Caritas in der LEA mit Informationen über die Arbeit mit Geflüchteten, die Gründe der Flucht und das Leben von Geflüchteten**

Personen: **Der Landtagsabgeordnete Klaus Burger bedient.**

Fr 23. Februar 2024

Beratung und Information: **Ehe-, Familien- und Lebensberatung der kath. Kirche
Niederschwellige Beratung durch eine Ärztin**

Personen: **Die Landtagsabgeordnete Andrea Bogner-Unden bedient.**

Sonstiges: Am Abend Konzert mit dem Ponticelli Ensemble

Sa 24. Februar 2024

Sonstiges: **Familiientag mit Bastelangebot für Kinder
Die Friseurinnen von haar.lang schneiden kostenfrei die Haare.**

So 25. Februar 2024

Sonstiges: **Am Abend Konzert: „Bach meets Electro“**

Mo 26. Februar 2024

Beratung und Information: **Sozial- und Lebensberatung der Diakonischen Bezirksstelle**

Personen: **Der Bundestagsabgeordnete Thomas Bareiß bedient.**

Di 27. Februar 2024

Beratung und Information: **Jobcenter, Landkreis Sigmaringen**

Sonstiges: **Themenabend zum Thema Obdachlosigkeit**

Mi 28. Februar 2024

Beratung und Information: **Sozialstation Thomas Geiselhart**

Do 29. Februar 2024

Beratung und Information: **Betreuungsbehörde, Schuldnerberatung, Grundsicherung, Wohngeldstelle**

Personen: **Der Bundestagsabgeordnete Robin Mesarosch bedient.**

Sonstiges: **Das Team von Haarprojekt Andreas Schmauder schneidet heute kostenfrei die Haare.**



Kulturprogramm während der Vesperkirche

20. Feb. | 17:30 Uhr | Ev. Gemeindehaus Vesperabend Ab 19:00 Uhr Musik mit der Musikschule Sigmaringen

Erstmals veranstalten wir einen Vesperabend. Ab 17:30 Uhr gibt es Abendessen. Ab ca. 19:00 Uhr können Sie sich von der Musik der jungen und älteren Schülerinnen und Schüler der Musikschule Sigmaringen verzaubern lassen.

23. Feb. | 20:00 Uhr | Ev. Stadtkirche Barock? Pop? Klassik oder doch lieber Jazz? Das Ponticelli Ensemble spielt in der Stadtkirche

Mit Streichinstrumenten, Piano und Percussion entführen uns die acht Musikerinnen und Musiker des Ponticelli Ensembles in eine vielfältige und inspirierende Welt aus verschiedenen musikalischen Epochen. Das Repertoire des Ensembles erstreckt sich von klassischer und barocker Kammermusik, Kompositionen aus der Romantik, argentinischen Tangos und Wiener Walzer über die lebhafteste Musik der 30er Jahre des 20. Jahrhunderts bis hin zu eigenen Interpretationen aus Rock-, Pop- und Filmmusik.

25. Feb. | 18:00 Uhr | Ev. Stadtkirche AUSBRECHEN. AUSBRECHEN. NEU DEFINIEREN!

„Bach Meets Electro“ in der Ev. Stadtkirche
Schwebende Sounds in der Stadtkirche. Die musikalischen

Grenzgänger Fernando Lepe Arias und Christian Zimmermann bringen die klassischen Werke Bachs mit Elementen der elektronischen Musik, mit eigenen Percussion-Sounds und Synthesizern in Verbindung. Begleitet werden sie mit Vera Klaiber an der Orgel. Ausgewählte Lichttechnik und visuelle Elemente unterstützen die Wirkung der Musik. Wir laden ein zu diesem außergewöhnlichen Konzert.

Themenabend zur Obdachlosigkeit

Di 27. Feb. | 19:00 Uhr | Ev. Gemeindehaus

In lockerer Atmosphäre wollen wir uns über das Thema Wohnungslosigkeit informieren und vielleicht auch miteinander ins Gespräch kommen. Mit dabei sind Mitarbeiterinnen der Sigmaringer Wohnungslosenhilfe (AGJ) und voraussichtlich auch ehemalige Obdachlose. Was bewegt Menschen, die obdachlos sind? Wie müssen wir uns das Leben auf der Straße vorstellen? Was sind die Hintergründe von Wohnungs- und Obdachlosigkeit? Wie sieht die Situation in Sigmaringen aus? Welche Hilfen gibt es? Dies sind einige Fragen, die an diesem Abend angesprochen werden sollen.



Der ökumenische Kleiderladen

„KleiderReich“, In der Vorstadt 2, Sigmaringen.

Die angelieferten Kleider werden zuerst sortiert, bevor sie zum Kauf angeboten werden.

Öffnungszeiten:

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

Telefon 0170 – 6959136

Aktuelle Informationen auch auf der Homepage des KleiderReich:
<https://kleiderreich-sig.de/>

Dialog-Café – Deutschkonversation für Flüchtlinge

Jeden Mittwoch und Freitag von 10:00 – 11:30 Uhr in der Kreuzkirche, Binger Str. 9

Allgemeine Hinweise und Telefonnummern

Sie erreichen die Sekretärinnen im Ev. Gemeindebüro in der Regel zu folgenden Kontaktzeiten vor Ort, telefonisch unter Tel. 07571-683010 und per mail:

Gemeindebuero.Sigmaringen@elkw.de:

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

Mi 10:30-13:00 Uhr

Bitte wenden Sie sich auch an das ökumenische Büro „mittendrin-Kirche am Markt“. Es ist zu folgenden Zeiten geöffnet sowie telefonisch zu erreichen unter der Nummer 07571-730930 und per mail: info@mittendrin-sigmaringen.de

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

Samstag 9:30 -12:30 Uhr

Am Montagnachmittag und am Freitagvormittag ist das Büro mit der evangelischen Sekretärin besetzt.

Die Pfarrerinnen und Pfarrer sind erreichbar

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

Tel. 07571-3430 kathrin.fingerle@elkw.de

Pfarrer Micha Fingerle

micha.fingerle@elkw.de

Vereinsnachrichten oder Mitteilungen



Sportclub Sigmaringendorf-Laucherthal e.V.

„Tänze aus aller Welt“

Dienstagnachmittag, 20.02.2024

Termin: 15:00 Uhr – 16:15 Uhr

8x in der Sporthalle in der Au

Tanzen vermittelt Lebensfreude, es ist die Sprache die wir alle verstehen unabhängig von Herkunft, Sprache oder Alter. Es hält fit und ist ein effektives Gehirntraining. Die Vielfalt der Tänze, die wir erkunden ist so bunt wie das Leben selbst.

Kursleiterin Monika Remensperger (Übungsleiterin Prävention Gesundheitssport; Leiterin für Meditativen Tanz)

Kursgebühren: für SC Mitglieder 45,00 € ; Nichtmitglieder 60,00 €
Info bei der Referentin unter der Tel.Nr. 07571/52727 oder per E-Mail: remo62@live.de

Anmeldung direkt unter www.sc-sigmaringendorf.de über JoinSports buchen. Da nicht aufbauend sind Einzelstunden über dieses Portal buchbar.



Ledigengesellschaft Sigmaringendorf e.V.

Wilder Westen beim Bürgerball in der Donau-Lauchert-Halle

Dorfer „Ledige“ stellten ein tolles Programm auf die Beine

In den „Wilden Westen“ entführten die Ledigen die zahlreichen bunt kostümierten Besucher in der Donau-Lauchert-Halle mit einem tollen Bühnenbild von CR. Müller. Unter den Klängen der Dorfer Narrenmusik konnte der Ritt durch die Prärie mit Häuptling Timo Degler beginnen. Ein beeindruckendes Bild bot der Einmarsch der Garde und der Ledigen die ein fulminantes 3 Std. Non-Stop-Programm sorgten, also beste Unterhaltung boten. Nach der Begrüßung durch Vorstand T. Degler führte das Duo H. Pfäffle und M. Mielke in humoristischer Weise durchs Programm. Der Gardetanz zog schnell alle Blicke auf sich und wurde mit reichlich Beifall belohnt. Ein erster Höhepunkt eines war „S´Blättle“ mit Büttel Mario Schlopschnatt, der das Dorfgeschehen unter die Lupe nahm. Die Oberen der Gemeinde bekamen ebenso ihr Fett weg, wie so mancher Bürger, dem ein Missgeschick passiert ist. Tempo 30 durchs Dorf, BM Schwaiger als Ersatzwurstbrater am Straßenfest und nicht zuletzt der Bierwechsel von Zoller zu Zwiefalter nahmen breiten Raum ein. Einen schönen Abstecher aufs Oktoberfest brachte der Showtanz von Garde und Ledigen mit ihrem Bändertanz und fetziger Musik. Die Mädels der Garde fühlten sich nach ihrem Kostümwechsel zum Dirndl sichtlich wohl und waren eine Augenweide. Nach der Pause stand ein weiterer Höhepunkt an, das traditionelle Ledigentheater. Die Darsteller D. Halmer, J. Maichle, S. Rebholz und N. Bauer legten mit Gymnastik los und zeigten akrobatische Leistungen und waren als Sänger sehr taktischer. Allerlei Begebenheiten über den Bauhof, BM Schwaiger, der FGL, die bereits vor dem Ausaliga die Straßen ab dekoriert hatten, bis zu Fiore in der Pizza, (J. Maichle) der trotz übervollem Biergarten keinen Schritt schneller die Bestellungen aufnahm, trugen sie gekonnt vor. Das überlaufende Abwasser im Neubauge-

biet, rief den Mann für alle Fälle Mulo (L. Knapp) auf den Plan, der feststellte, dass die eingebaute Pumpe gar nicht angeschlossen war. „Das ist die Dorfer Luft, vom Laizer Öschle kam der Duft“, interpretierten die vier gekonnt. Wahre Beifallsstürme durften sie und Autor N. Bauer mit von der Bühne nehmen, Die „Asbach-COLA-Productions, „die Ledigen decken auf“, Script Niklas Bauer, wurden Filmsequenzen eingespielt, die im Vorfeld aufgenommen wurde, (d.SZ berichtete). Eine Frauenliste zum GR muss her, Tempo 30, und der Größenwahn von BM Schwaiger, der einen neuen Stadtkreis Sig.dorf anstrebt, in den Sig. eingemeindet wird. Zum Abschluss präsentierten die Ledigen noch ihren Ledigentanz zum Thema Kinderserien, in dem sie einen Rückblick in ihre Kindheit gewährten. Tolle Verkleidungen untermalten diese Bilder eindrucksvoll. Im Finale mit allen Beteiligten auf der Bühne dankte Vorstand Degler allen, besonders L. Herzog und N. Bauer, die zu diesem Gelingen beigetragen haben.



Vorstand Timo Degler kündigt seinen Rücktritt an

Für den Ledigenverein Sigmaringendorf eine Legende, kündigte 1.Vorstand Timo Degler zum Abschluß des gelungenen Bürgerballs nach acht Jahren Vorstand und 3 Jahre Stellvertreter von J. Maichle, seinen Rücktritt an. Mein Akku ist einfach leer, aber mir ist um die Zukunft des Vereins und der Dorfer Fasnet, für die die Ledigen überwiegend verantwortlich sind, nicht bange. Insgesamt 11 Jahre war Timo Degler das Gesicht und der Problemlöser des Traditionsvereins. Immer ansprechbar, freundlich, pragmatisch und zu jedem Blödsinn bereit. Er war der Mann, der stets da war, wenn es galt mit anzupacken, der alles irgendwie hinbekam. Mit dem Abschied von Timo Degler geht eine Ära in der Vereinsgeschichte zu Ende. Noch nie war ein Ledigenvorstand so lange im Amt. Degler und Maichle waren lange Zeit das Führungsteam der Ledigen. In seinem kurzen emotionalen Rückblick bedankte sich der Vorsitzende bei vielen Wegbegleitern, wir haben in den letz-

ten 20 Jahren die „Ledigen“ neu aufgestellt. Natürlich darf es bei einem so jungen Verein auch mal etwas chaotisch zugehen, aber bestimmte Strukturen und selbst auferlegte Beschränkungen müssen einfach sein. Sein Dank galt der Musikkapelle mit Thomas Schäuble, die die Fasnet rund um die Uhr begleiten, wenn auch in diesem Jahr nicht beim Gänsemarsch, fügte er lächelnd hinzu. Ein großer Dank galt C.R. Müller für das jahrelange Bühnenbild, Madeleine Gasser für Requisite und Jannik Stauß für Bühnenbau. Auch das Verhältnis zu den anderen Dorfer Narrenvereinen wie Donauhexen, der Strohhannzunft und auch FGL, kann man freundschaftlich bezeichnen. Wir haben zusammen beim Bruderschaftstreffen für die Lauchenthaler Zelte bewirtet. Er dankte auch sehr persönlich seinem Stellvertreter Julius Maichle, Linda Herzog für die jahrelange Einstudierung der Garde- und Ledigentänze, sowie viele inspirative Vorschläge im Team. Besonders hervor hob er auch Niklas Bauer, der in diesem Jahr federführend die Video-Aktion „Ledige decken auf“ mit Filmschnitt begleitete und der erstmals das Ledigetheater getextet und choreografiert hatte. „Ich gehe guten Mutes, weil ich weiß, dass der Verein gut aufgestellt ist. und stehe auch weiterhin mit Rat und Tat künftig zur Seite, wenn man mich braucht. Es war mir eine Ehre, euer Vorstand zu sein.“ So und jetzt feiern wir zusammen den heutigen Abend“, fügte Degler hinzu.



Foto und Text Wolfgang Metzger



**Schwäbischer
Albverein**

Ortsgruppe Sigmaringendorf

www.albverein-sigmaringendorf.de

Am Sonntag, den 18.02.24 laden wir zu einer Nachmittagswanderung bei Zielfingen ein.

Auf der Fronholz-Runde begegnen uns Kleinode wie eine Marienstatue, ein Grenzstein aus der Zeit Napoleons und zum guten Schluss besuchen wir die Frühjahrsblüher.

Es gibt zwei Wanderungen, eine mit ca. 8 km und ca. 50 hm und eine verkürzte leichtere mit ca. 4 km.

Die längere Wanderung führt Dagmar Lüdtker, die kürzere Edwin Frey.

Auskünfte über Handy 0152 34 28 94 10

Abfahrt in Fahrgemeinschaften um 13 Uhr am Rathaus Sigmaringendorf.

Stöcke sind knieschonend.

Mitfahrgelegenheiten vorhanden.

Wir freuen uns auf alle, die mitwandern.



Theaterverein Waldbühne

EINLADUNG

Unsere ordentliche Mitgliederversammlung (Jahreshauptversammlung) zum Spiel- und Geschäftsjahr 2023 findet am **Samstag, den 24.02.2024 um 19:30 Uhr** statt.

Der Veranstaltungsort wird rechtzeitig auf der Homepage www.waldbuehne.de mitgeteilt.

Hierzu sind alle Ehren-, Förder- und Aktivmitglieder, die Eltern unserer Jugendlichen sowie alle, die an der Arbeit des Theatervereins interessiert sind, recht herzlich eingeladen

Tagesordnung:

- TOP 1: Eröffnung und Begrüßung
- TOP 2: Berichte zum Spiel- und Geschäftsjahr 2023
 - a.) Vorstandschaft
 - b.) Kinderstück,
 - c.) Erwachsenenstück
 - d.) Winterstück
 - e.) Jugendleitung
- TOP 3: Kassenbericht und Entlastung
 - a.) Wahl eines Versammlungsleiters
 - b.) Kassenbericht
 - c.) Bericht der Kassenprüfer mit Antrag auf Entlastung
 - d.) Entlastung der Vorstandschaft und des Ausschusses
- TOP 4: Neuwahl zweier Vorstandsmitglieder
- TOP 5: Ehrungen
- TOP 6: Ausblick auf das Spieljahr 2024
 - a.) Kinderstück,
 - b.) Erwachsenenstück
 - c.) Herbststück
- TOP 7: Anträge
- TOP 8: Verschiedenes / Wünsche
- TOP 9: Schlusswort

Tolle Stimmung beim Mittagstisch am Schmotziga

„Ihr lieben Frauen, Schwestern, Brüder seid begrüßt, hier sind wir wieder. Ein Jahr ging um, eh wir's gedacht, nun ist wieder Faschnacht“. Mit diesem Vers begrüßte Christel Metzger über 70 Maschgerle beim Mittagstisch am „Schmotziga“, die sich auf saure Kutteln m. Bratkartoffeln freuten. Nach der Begrüßung wurde das Dorfer Fasnets- und das „Schmelzelied“ angestimmt und es kam eine tolle Stimmung auf. Zur Überraschung des Teams 4, kam Chefkoch Micheal Habereeder vom Haus Nazareth persönlich vorbei und überbrachte als Spende des Hauses 80 Berliner zum Kaffee. Das ganze Team mit Christel Metzger und Marianne Ehm bedankte sich herzlich, auch für die gute Zusammenarbeit übers ganze Jahr. Nach dem Essen kamen „3 Ältere Damen vom Haus Löwen“ und nahmen auf einem breiten Hocker Platz. Sie stellten sich als Rosa, Viktoria und Maria vom Dorf vor. „Mir sitzad uf am Bänkle und kriagat ällas mit. Mir schwätzad und tratschad“ und mit dem Refrain „3 auf einer Bank, mir land uns it störa, mir wollad alles höre“, beendeten sie ihre selbst gereimten Verse. So nahmen sie die Mannsbilder vom GR aufs Korn, die keine Frau aufkommen lassen, beide Glascontainer am Norma und an der Donau entfernen und den Schulhof für 170.000 € verschönern wollen. „Kinder seien unser größtes Gut, für diese könnte man dieses Geld aber sinnvoller investieren“ war ihre Meinung dazu. Frauen fehlen einfach im GR, wir überlegen noch, ob wir ältere Damen uns aufstellen lassen sollen. Ein neues rotes Taxi soll es im Dorf geben, Ivo List hätte dies mit Tatütata in die Wege geleitet, um so die enormen Kosten zum Umbau des Feuerwehrhauses zu reduzieren. Nach tosendem Beifall wurde erneut das Dorfer und Lauchertaler Fasnetslied angestimmt. Mit einem Dankeschön und 1 Glas Sekt wurden Anne Neumann, Martina Menger und Claudia Mielke von Christel Metzger verabschiedet. Ein weiterer Höhepunkt war der Auftritt von Christel Metzger als „Unschuld vom Lande“. Mit ihrem „schiachen Aufzug“ war es auch kein Wunder, dass sie auf Ihre Annonce in der Zeitung keinen passenden Ehemann finden konnte. Zum Schluß kam noch Pfarrer Ekkehard Baumgarten u. Ch. Brückner vorbei und dankte den Organisatoren für ihren Einsatz beim Mittagstisch in der Gemeinde. „Gerne unterstützen wir von der Pfarrgemeinde dieses tolle Projekt weiterhin“. „Schee wars, mir kommad nächstes Joahr alle wieder“, hörte man von vielen Besuchern.



Sozialer Förderverein Sigmaringendorf- Lauchertal

Einladung zum Mittagstisch am Do. 22.02.2024 im Kath. Gemeindehaus

Einlass: ab 11.30 Uhr - Essensbeginn: 12.00 Uhr

Kosten: Euro 7.20

Tomaten-Creme-Suppe für alle

Sie haben die Wahl:

Menue 1

Fruchtiges Putencurry, Basmatireis, Brokkoli

Menue 2 : vegetarisch

Eieromlette, Rahmspinat, Salzkartoffeln

1 Tasse Kaffee mit Keks für Alle

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.

Wir freuen uns auf Euch.

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



Kath. Kirchenchor Sigmaringendorf

Herzliche Einladung zum Mitsingen

Wer kennt Ferdinand Ehni noch nicht.

Eine gute Möglichkeit unseren Chorleiter kennenzulernen besteht jeden Donnerstag ab 19.30 Uhr bei den Chorproben des Kirchenchors Sigmaringendorf im Saal des Gemeindehauses hinter dem Pfarrhaus.



Wir sind ein gemischter Chor und proben wieder ab 22.02. für den Auftritt am Samstag, 09.03., 18.00 Uhr welchen wir gemeinsam mit dem Kinderchor Sigmaringendorf gestalten werden.

Für Ostern hat sich unser Chorleiter die Messe „Missa pro Patria“ ausgesucht. Alle Sängerinnen und Sänger würden sich sehr über neue Mitglieder freuen. Schnuppern Sie doch einfach bei uns rein. Singen macht Spaß!

Wir sind da und freuen uns.

Hubert Rommel
Vorsitzender

Infos unter www.pfarrei-sigmaringendorf.de

Sonstiges

Laktose, Gluten oder Fruktose - wenn Lebensmittel Beschwerden auslösen:

Die Anzahl der erkrankten Versicherten der AOK Bodensee-Oberschwaben ist in den letzten Jahren gestiegen

Immer mehr Menschen leiden an einer Nahrungsmittelunverträglichkeit. Die häufigsten sind dabei Laktose-, Fruktose-, Weizen- oder Histaminintoleranzen. „In den Jahren 2018 bis 2022 ist die Anzahl der an Laktoseintoleranz erkrankten AOK-Versicherten in der Region Bodensee-Oberschwaben um circa vier Prozent gestiegen“, erklärt Markus Packmohr, Geschäftsführer der AOK – Die Gesundheitskasse Bodensee-Oberschwaben. Das spiegelt sich auch in den einzelnen Landkreisen wider: Während im Landkreis Sigmaringen nur eine leichte Steigerung von 597 auf 607 Patienten zu erkennen ist und die Zahl im Bodenseekreis von 576 auf 591 gestiegen ist, sind im Landkreis Ravensburg knapp 60 Menschen mehr erkrankt. 2018 litten 708 Personen an einer Laktoseintoleranz, 2022 waren es 762 Personen.

Während der Körper bei einer Fruktoseunverträglichkeit auf die Fruktose im Obst reagiert, kommt es bei einer Laktoseintoleranz beim Verzehr von Milchprodukten zu Beschwerden. Histaminintoleranz wird durch die Unverträglichkeit des Botenstoffs Histamin ausgelöst. Auch eine Glutenunverträglichkeit ist nicht unüblich. Wer an einer Intoleranz oder Unverträglichkeit leidet, hat vor allem mit Magen-Darm-Beschwerden, gefolgt von Hautreaktionen und Atembeschwerden zu kämpfen.

Allergie ist nicht gleich Unverträglichkeit

„Es wird zwischen Allergien und Lebensmittelunverträglichkeiten bzw. Intoleranzen unterschieden“, erklärt Heike Riester, Ernährungsexpertin bei der AOK – Die Gesundheitskasse Bodensee-Oberschwaben. „Bei Allergien erkennt die körpereigene Abwehr einzelne Lebensmittelbausteine als Feind und es entstehen allergische Reaktionen wie Hautausschlag, Juckreiz oder Magen-Darm-Beschwerden. Bei Intoleranzen handelt es sich meistens um eingeschränkte Darmfunktionen, wie etwa ein Mangel bestimmter Enzyme, die dann zu Beschwerden führen können.“

Die Ursachen für eine Lebensmittelunverträglichkeit oder -allergie sind häufig genetische Faktoren. Aber auch eine verminderte Enzymaktivität, Umweltfaktoren, Grunderkrankungen oder falsche Essgewohnheiten sorgen für Unverträglichkeiten oder Allergien bestimmter Lebensmittel.

Zur Diagnose rät die AOK-Ernährungsexpertin einen Arzt aufzusuchen. Zusätzlich kann ein Ernährungstagebuch geführt werden. Dadurch können nicht nur die Beschwerden festgehalten werden, sondern es ist auch eine Rückverfolgung möglich, nach welchen Lebensmitteln die Beschwerden auftreten. „Betroffene können die Symptome durch das Weglassen der entsprechenden Lebensmittel oder Inhaltsstoffe mildern und dadurch eine bessere Alltagsqualität erreichen.“

Auch die AOK – Die Gesundheitskasse Bodensee-Oberschwaben hilft betroffenen Personen. „Unsere Ernährungsexperten beraten unsere Versicherten im Umgang mit der Nahrungsmittelunverträglichkeit“, betont Markus Packmohr.

Weitere Informationen erhalten Versicherte unter www.aok.de oder im KundenCenter vor Ort.

Haus der Natur

Gutenstein. Winterschnittkurs für Obsthochstämme kompakt. Freitag, 23. Februar, 9 bis 12 Uhr (Anmeldung bis 16.02.)

Wer junge Obstbäume schneidet, spart sich später viel Arbeit. Wird die Krone des Obstbaumes gut herangezogen, ist dies die beste Voraussetzung für Stabilität und hohe Erträge. Bei diesem Kurs wird praktisch demonstriert und unter Anleitung selbst ausprobiert, wie man dabei zu Werke geht. Falls vorhanden bitte Scheren und Astsagen mitbringen. Treffpunkt: Gutenstein; Leitung: Markus Ellinger; Gebühr: 20,- €; Anmeldung bis 16. Februar beim Haus der Natur, Tel. 07466/9280-0, info@nazoberedonau.de.

Informationsveranstaltung für PV-Anlagenbetreiber

Der Ausbau der erneuerbaren Energien rückt immer mehr in den Fokus. Steigende Stromnachfragen durch Elektrifizierung von Prozessen in Betrieben, sowie die steigende Anzahl von Wärmepumpen und Elektrofahrzeugen machen den Ausbau erneuerbarer Energien notwendig.

Das Land Baden-Württemberg hat sich zum Ziel gesetzt die Klimaneutralität bis 2040 zu erreichen. Insgesamt muss dazu nochmals rund die dreifache Menge an Photovoltaikleistung installiert werden wie zum aktuellen Zeitpunkt.

Die IHK Bodensee-Oberschwaben bietet in Zusammenarbeit mit dem Photovoltaiknetzwerk Bodensee-Oberschwaben eine **kostenlose Informationsveranstaltung** für Betreiber von Photovoltaikanlagen an.

26. Februar 2024 von 16:00 Uhr – 17:45 Uhr

bei der IHK Bodensee-Oberschwaben in Weingarten

Neben den aktuellen rechtlichen Rahmenbedingungen werden vom Finanzamt Ravensburg auch die steuerlichen Vereinfachungen bei Umsatz- und Einkommensteuer beim Betrieb von Photovoltaikanlagen genauer beleuchtet.

Weitere Informationen und die Anmeldung finden Sie unter www.ihk.de/bodensee-oberschwaben, Dokumentennummer 3.PV.24.1.

Anmeldeschluss ist der 21. Februar 2024.

Kulturzirkel Hausen am Andelsbach

Der Kulturzirkel in Hausen am Andelsbach lädt ein zur „mentalmagischen Reise ins Unbewusste“ mit Andy Häussler!

Der Start ins neue Jahr 2024 mit dem wunderbaren Tobias Gnacke war der gelungene Auftakt, den wir uns als Veranstalter erhofft und gewünscht haben, ist aber doch schon wieder Geschichte. Denn jetzt steht bereits die nächste Veranstaltung beim Kulturzirkel ganz unmittelbar bevor.

Am **Samstag, 9. März 2024** ist der **Mentalmagier Andy Häussler** mit seinem Programm „**KRAFT DER TRÄUME**“ bei uns im **Hirschaal in Hausen am Andelsbach** zu Gast und nimmt Sie mit auf „**Die mentalmagische Reise ins Unbewusste**“! Wir hoffen, Sie sind dabei....

In Andy Häusslers drittem Soloprogramm geht es um das Unbewusste und um Träume, ihre Geheimnisse und ihre Erfüllung.

Andy Häussler präsentiert Phänomene der Suggestion und er liest in den Gedanken seiner Zuschauer. Er findet Träume seiner Zuschauer heraus, deutet was die Handschrift eines Zuschauers unbewusst sagt und erfüllt einem Zuschauer den Traum zu gewinnen.

In einem traumähnlichen Zustand löst er den Rubik's Cube mit geschlossenen Augen. Im Schlaf hat er sein Gehirn trainiert. Er kann sich Dinge merken, von denen andere nur träumen. Sein Unterbewusstsein lässt ihn Verborgenes wiederfinden.

Er beeinflusst das Unterbewusstsein seiner Zuschauer, so dass auch sie erstaunliche Dinge vollbringen und schließlich macht er sich auf die Suche nach dem Traumpartner eines Zuschauers.

Zwischen seinen unglaublichen mentalmagischen Experimenten erfahren die Zuschauer allerlei erstaunliche, kuriose und auch heitere Dinge über unsere Träume.

Andy Häussler ist zweifacher Deutscher Meister der Mentalmagie, Preisträger bei den Weltmeisterschaften und Gewinner des Kleinkunstpreises Baden-Württemberg 2021.

Er war zu Gast in TV-Shows mit Harald Schmidt, Jürgen von der Lippe und Thomas Gottschalk. Andy Häussler scheint ein drittes Auge oder das zweite Gesicht zu besitzen. Er nutzt seine fünf Sinne und erzielt die Wirkung eines sechsten Sinnes.

Reisen Sie mit ins Unbewusste und träumen Sie mit!

Eintritt: Vorverkauf: 17,00 Euro, Abendkasse: 19,00 Euro
Beginn: 20.00 Uhr, Einlass: ab 19.00 Uhr

Karten für die Veranstaltung können Sie jetzt schon auf unserer Internetseite unter www.kulturzirkel.de online bestellen, bei der Bäckerei Birkofer in Hausen am Andelsbach zum Vorverkaufspreis erwerben oder eventuell dann auch noch an der Abendkasse kaufen.

Und auch diese Termine sollten Sie sich schon mal vormerken:

21.04.2024 Gankino Circus auf dem Heuboden in Bittelschieß
02.11.2024 Oldie Night im Waldhorn in Krauchenwies
23.11.2024 Franz Mayer Experience im Waldhorn in Krauchenwies

Weitere Informationen zum Kulturzirkel und zu allen Veranstaltungen finden Sie auch stets auf unserer Internetseite unter 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.

Den Auftritt von „**GANKINO CIRCUS**“, dem etwas schrägen Musik-Quartett aus dem fränkischen Diethofen, machen wir zusammen mit der Volkstanzgruppe Bittelschieß auf dem faszinierenden Heuboden in Bittelschieß.

Und die legendäre **OLDIE NIGHT**, die wir in diesem Jahr bereits zum 20. Mal zusammen mit der Band „Shake Five“ durchführen, funktioniert natürlich nur im Waldhorn in Krauchenwies.

Auch den Auftritt von „**FRANZ MAYER EXPERIENCE**“ wollen wir Ihnen dort präsentieren, weil wir einfach der Meinung sind, dass das neue Projekt von Alex Köberlein, den wir ja schon mit Schwoißfuaß und Grachmusikoff erleben durften, ausreichend Platz braucht. Sie wollen doch mit Sicherheit alle dabei sein, bei der „**wohl größten kulturellen Rettungs-Mission der schwäbischen Popgeschichte**“?

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.

Kulturzirkel Hausen am Andelsbach e.V.

Seniorenachmittag des Blasmusikverbandes Sigmaringen

Der Musikverein Hettingen richtet den Seniorenachmittag in der Lauchertalhalle in Hettingen am 24. Februar um 14 Uhr aus. Der Blasmusikverband Sigmaringen lädt alle Seniorinnen und Senioren zu dieser Veranstaltung ein. Das Kreisverbandseniorenorchester wird die musikalische Gestaltung als einen Teil des Programms übernehmen, weitere Beiträge sind geplant. Selbstverständlich kann sich wieder jeder Teilnehmer spontan daran beteiligen.

Für jeden Besucher zahlt der Verband einen Verzehrsgutschein und die Musiker, die im vergangenen Jahr für 50 oder mehr Jahre geehrt wurden erhalten ein Präsent für ihre musikalische Tätigkeit. Sollten Sie eine Fahrgelegenheit benötigen, wenden Sie sich bitte an die Vereinsvorstände, sie werden Ihnen sicher behilflich sein. Die Chauffeure sind auch zum Bleiben eingeladen.