

Mitteilungsblatt

Amtsblatt der Stadt Tengen



Luftkur-Ort

13 42. Jahrgang
Freitag, 1. April 2016



„Lebenswege und Kurswechsel“

so lautet das Motto der siebten gemeinsamen „Erzählzeit“ vom 02. bis 10. April 2016.

Isabella Straub: Das Fest des Windrads

Die Wienerin Greta ist erfolgreich in ihrem Beruf und steht kurz vor einer großen Beförderung. Glaubt sie. In Wirklichkeit läuft in ihrem Unternehmen längst eine Umstrukturierung, nach der für sie kein Platz mehr sein wird. Als Greta davon erfährt, befindet sie sich gerade in der Kleinstadt Oed, wo ihr Zug liegegeblieben ist. Dort lebt der Taxifahrer Jurek, der auch nur Probleme hat. Er fragt sich immer noch, ob er die Beziehung zu seiner Ex-Frau hätte retten können, und seine Tochter hat gerade ihr Studium geschmissen und will sich Hals über Kopf in die Ehe stürzen. Isabella Straub zeigt, wie man selbst im kuriosesten Elend mittels Humor seine Würde bewahren kann.

**Die Stadt Tengen lädt zur Lesung am Mittwoch, 06. April 2016, 19.30 Uhr
ins Bürgerzentrum Linde in Büßlingen ein. Der Eintritt ist frei.**

Weitere Informationen zur Lesung von Isabella Straub im Bürgerzentrum Linde finden Sie auf unserer Internetseite: www.tengen.de.

Allgemeine Informationen zur Erzählzeit ohne Grenzen und die Termine der anderen Lesungen finden Sie unter: www.erzählzeit.com.

Neue Fahrpläne ab kommenden Montag Fahrplanänderung zum 04.04.2016

In Abstimmung mit dem Landratsamt Konstanz hat die SBG Südbadenbus GmbH eine größere Anzahl an Fahrten angepasst, um das Fahrplanangebot attraktiver zu gestalten.

Hierbei wurde auch eine große Anzahl von Kundenwünschen berücksichtigt.

Diese neuen Fahrpläne finden Sie auf dem Homepage der Stadt Tengen sowie auf dem Homepage des SBG. Die Veränderungen sind im Fahrplan „gelb“ markiert. Folgende Fahrten werden nicht mehr durchgeführt, da keine Fahrgäste gezählt wurden bzw. ein Parallelverkehr auf demselben Streckenabschnitt vorhanden ist (7353-170, 7360-133, 7364-163, 7364-169 und 7364-198).



Beuren a.R.



Blumenfeld



Büßlingen



Talheim



Uttenhofen



Watterdingen



Weil



Wiechs a.R.

Notdienste

Notruf Polizei _____ ☎ 110
 Feuerwehr / Notarzt _____ ☎ 112

Polizeistelle Engen _____ ☎ 07733 / 9409 - 0
 Montag - Freitag von 07.30 Uhr - 16.30 Uhr
 Polizeirevier Singen _____ ☎ 07731 / 888 - 0

Ärztlicher Notfalldienst _____ Bundesweit ☎ 116 117
 Krankenwagen _____ ☎ 19 222

Öffnungszeiten Notfallpraxis im Krankenhaus Singen:
 Mo., Di. + Do. _____ 19.00 Uhr - 22.00 Uhr
 Mi. + Fr. _____ 17.00 Uhr - 22.00 Uhr
 Samstag, Sonntag u. Feiertag _____ 09.00 Uhr - 22.00 Uhr

Zahnärztlicher Notdienst _____ ☎ 0180-3-222-555-25
 Augenärztlicher Notdienst _____ ☎ 0180 607 5312
 Kinderärztlicher Notdienst _____ ☎ 0180 607 7312
 HNO - Ärzte _____ ☎ 0180 607 7211

Sozialstation: Versorgung, Nachbarschaftshilfe, Betreuung,
 Tagespflege, 78234 Engen, Schillerstr. 10 a _____ ☎ 07733 / 8300

AKA-team Ambulante Kranken- und Altenpflege
 Ludwig-Gerer-Straße 59, 78250 Tengen
 Pflegeberatung + Hilfen im Haushalt _____ ☎ 07736 / 98 910

CARITAS-BERATUNG – Sprechstunden der Sozialarbeiterin
 Frau Martina Walz immer freitags von 10.00 Uhr – 12.00 Uhr
 im Pfarrhaus Tengen _____ ☎ 07736 / 924 7980

Giftnotruf
 Freiburg _____ ☎ 0761 / 270 4361 0 oder 0761 / 19 240
 München _____ ☎ 089 / 414 02211

Dorfhelferinnen
 (Familienpflege) Sozialstation Engen _____ ☎ 07733 / 8300
 Drogenberatungsstelle Singen _____ ☎ 07731 / 61 497
 AIDS-Hilfe Konstanz _____ ☎ 07531 / 56 062

Apotheken-Notdienst

Stadt-Apotheke Tengen Samstag: 8.30 Uhr bis 12.00 Uhr
Notdienste am Wochenende:

(Der Notdienst beginnt um 8.30 und endet um 8.30 Uhr des Folgetages)

Samstag, den 02. April 2016
 Sonnen-Apotheke
 Radolfzell, Hegaustr. 21, _____ ☎ 07732 / 971053
 und Hilzinger-Marien-Apotheke,
 Hilzingen, Hauptstr- 61, _____ ☎ 07731 / 99540

Sonntag, den 03. April 2016
 Hohentwiel-Apotheke
 Singen, Hegaustr. 14, _____ ☎ 07731 / 905 680

Telefonseelsorge Schwarzwald Bodensee
 _____ ☎ 0800 / 111 0 111 und 0800 / 111 0 222

Hospizverein Singen u. Hegau e.V.
 Hospizdienst _____ ☎ 07731 / 31138

Wasserversorgung _____ ☎ 0172 / 740 - 2007
 sofern unter dieser Rufnummer niemand erreichbar ist,
 wählen Sie bitte entweder **07736 / 606** oder **07736 / 7040**
Kläranlage Oberes Bibertal _____ ☎ 07739 / 755

Stromversorgung (bei Störung/ Stromausfall)
 Energiedienst Netze GmbH für Tengen und die Stadtteile
 Beuren a.R., Blumenfeld, Talheim, Uttenhofen, Watterdingen
 und Weil _____ ☎ 92-1800; Telefax: 07623 92-511 809 und
Störungsnummer: _____ ☎ 0762392 - 1818

Elektrizitätswerk des Kanton Schaffhausen AG für die
 Stadtteile Büßlingen und Wiechs a.R.
 Verwaltung Schaffhausen _____ ☎ 0041 52 633 55 55
 Zweigstelle Worblingen _____ ☎ 07731 / 1 47 66 0, FAX 1 47 66 10
 Störungsdienst _____ ☎ 0041 52 / 62 44 333

Amtliche Bekanntmachung

Austausch von Stromzählern Elektrizitätswerk des Kantons Schaffhausen AG Stadtteile Büßlingen + Wiechs a.R.

Dieses Jahr steht wieder der Wechsel von Stromzählern an,
 deren Eichjahr abgelaufen ist.

Die EKS AG hat die Firma Elektro Kowahl aus Moos mit dem
 Wechsel beauftragt. Wir bitten Sie, den Monteuren der Firma
 Kowahl den Zugang zu den Zählern zu gestatten. Sie sind mit
 einer entsprechenden Legitimation der EKS AG ausgestattet.
Ihre EKS AG

Neuaufgabe Stadtplan Tengen

Die Stadt Tengen wird in den kommenden Wochen in Zusammen-
 arbeit mit dem Verwaltungs-Verlag den offiziellen Stadtfaltplan
 und die drei Großformatpläne neu auflegen. Der neue Plan wird
 zusätzlich zu den hochwertigen Printausgaben auch interaktiv im
 Internet unter www.stadtplan.net zur Verfügung
 stehen.

Alle Gewerbetreibenden sowie Ärzte und Dienstleister haben
 die Möglichkeit, durch eine Anzeige von dieser langfristigen
 Präsentations- und Werbemöglichkeit Gebrauch zu machen.
 Gleichzeitig dokumentieren Sie Ihre Verbundenheit mit unserer
 Stadt.

Der Verwaltungs-Verlag, als unser langjähriger und leistungs-
 starker Partner, wird dieses Projekt realisieren. Frau Gisela
 Pfrengle vom Verwaltungs-Verlag wird sich mit den Betrieben
 in Verbindung setzen und mit Ideen zur Platzierung sowie zur
 Gestaltung Ihrer Präsentation beraten. Frau Pfrengle erreichen
 Sie unter der Rufnummer 0160-4458419.

Dieser kartographische Wirtschaftsspiegel kann nur durch aktive
 Beteiligung leistungsfähiger Unternehmen, Gewerbetreibender
 sowie Ärzte und Dienstleister aus der Region realisiert werden.

Abfallkalender

Leerung der Wertstofftonne

Die nächste Leerung der Wertstofftonne ist am kommenden
Mittwoch, den 06. April 2016
 in der Gesamtstadt Tengen.

Abholung der Gartenabfälle -Voranzeige-

Am **Freitag, den 15. April 2016**
 ist die nächste Abholung der Gartenabfälle in der Gesamtstadt
 Tengen. Die Gartenabfälle müssen gebündelt am Straßenrand
 zur Abholung bereit liegen oder können auch in Kartonagen
 (offen) hingestellt werden. Die gebündelten Gartenabfälle
 sollten jedoch nicht mehr wie 50 kg wiegen bzw. nicht länger
 als 1,50 mtr. sein, damit diese ohne Probleme in das Fahrzeug
 passen.
 Zu entsorgende Äste dürfen höchstens armdick sein und bitte
 auch keine Plastiksäcke verwenden !

Grünschnitt und Bauschuttgabe

Erstmals in diesem Jahr

Am kommenden **Samstag, den 02. April 2016** kann in der
 Zeit von 10.00 Uhr - 12.30 Uhr, erstmals in diesem Jahr, wie-
 der Bauschutt in Kleinmengen (bis max. 50 l) und Grünschnitt
 (max. bis 0,5 cbm) abgegeben werden. Bitte beachten Sie
 auch, dass nur Gehölz / Grünschnitt bis max. 2 cm Durchmes-
 ser angenommen werden darf.

Rathaus Tengen



Stellenausschreibung

I Mitarbeiter/in im Hauptamt

Die Stadt Tengen sucht für das vielfältige Aufgabengebiet im Hauptamt eine/n Mitarbeiter/in mit guten Rechtskenntnissen. Die Stelle ist in Vollzeit ab 01. Juni 2016 oder nach Vereinbarung befristet für die Dauer des Mutterschutzes mit voraussichtlicher anschließender Elternzeit zu besetzen. Die Vergütung erfolgt bis Entgeltgruppe 8, eine Einarbeitung wird gewährleistet.

Zu den Aufgaben gehören u.a.

- Sekretariatsaufgaben im Bereich Hauptamt
 - Mitarbeit in den Bereichen Personalangelegenheiten mit Arbeitszeiterfassung, Wahlen, Bauleitplanung, Schülerförderung, Kindertagesstätten und Ordnungswesen
 - Erhebung von Wasser- und Abwasserbeiträgen
 - Protokollführung im Bezirksbeirat und Landwirtschaftsausschuss
 - Tourismus mit Teilnahme an Touristischen Veranstaltungen
- Eine Änderung der Arbeitsinhalte bleibt vorbehalten.

Vorausgesetzt wird ein Ausbildungsabschluss als Verwaltungsfachangestellte/r Fachrichtung Landes- und Kommunalverwaltung oder ein vergleichbarer Abschluss. Besonders wichtig sind uns gute Umgangsformen, Gewandtheit in Wort und Schrift, gute Kenntnisse in den üblichen PC-Office-Anwender-Programmen, Organisationstalent sowie die Fähigkeit zur selbstständigen, eigenverantwortlichen Arbeit. Ihre aussagefähige Bewerbung (tabellarischer Lebenslauf; Zeugniskopien) mit Angabe Ihres möglichen Arbeitsbeginns bitten wir umgehend an die Stadtverwaltung Tengen – Personalamt - Marktstraße 1 in 78250 Tengen zu senden. Für Auskünfte steht Ihnen Herr Hauptamtsleiter Baumert gern zur Verfügung (Tel.: 07736/9233-11; E-Mail: J.Baumert@tengen.de).

II Pädagogische Assistenz an der Grund- und Werkrealschule Tengen

Die Stadt Tengen bietet an der Grund- und Werkrealschule Tengen an Schultagen

- a. die Kernzeitbetreuung (Montag bis Freitag von morgens 07.00 Uhr bis Unterrichtsbeginn und nach Unterrichtsende bis 13.30 Uhr) und
- b. außerhalb der Unterrichtszeit die Betreuung an (Montag bis Donnerstag bis 15.45 Uhr). Die Betreuung beinhaltet die Hausaufgabenbetreuung, Aufsicht bei der Mensa und Betreuung von Angeboten.

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir befristet bis 31.10.2016 auf Mini-Job-Basis zur Verstärkung eine geeignete Kraft. Wir erwarten verantwortungsvolles Handeln und die Einhaltung verlässlicher Absprachen. Idealerweise verfügen Sie über pädagogisches Grundwissen und haben das Talent, Kinder motivierend anzuleiten. Die Betreuung wird von einem Team umgesetzt, eine Einarbeitung wird gewährleistet. Die Beschäftigung erfolgt auf Stundenlohnbasis.

Bei Interesse erbitten wir Ihre Kurzbewerbung (tabellarischer Lebenslauf; Kopie Zeugnisse; Kurzdarstellung Ihrer bisherigen Erfahrung mit Kindern z.B. durch Vereinstätigkeit, Gruppenarbeit) umgehend an die Stadt Tengen – Personalamt - Marktstraße 1 in 78250 Tengen zu senden. Für eventuelle Fragen steht Ihnen Herr Hauptamtsleiter Baumert gern zur Verfügung (Tel.: 07736/9233-11; E-Mail: J.Baumert@tengen.de).

Reinigung der Gemeindestraßen Streusplittentsorgung

Ab kommenden **Montag, den 04. April 2016** (KW 14) findet die Reinigung mit der Kehrmaschine in der Gesamtstadt Tengen statt.

Die Anwohner der Gemeindestraßen werden daher angehalten, ihre Kraftfahrzeuge bitte nicht auf der Straße zu parken, da sonst nicht durchgängig gereinigt werden kann.

Weiterhin werden alle Bürger gebeten, den Streusplitt bis dahin in den Fahrbahnbereich zu kehren und dort zu belassen.

Standesamtsnachrichten

Am 31.03.2016 heiraten um 14.00 Uhr im Schloss Blumenfeld:

Hans-Joachim Rakow und Walburga Anna Pawlak, beide wohnhaft Gottmadinger Straße 33 in Hilzingen.

Schul- und Stadtbücherei Tengen

Bücherei Tengen

Die Bücherei in Tengen ist wieder geöffnet ab Donnerstag, den 07. April von 15.30 - 17.30 Uhr

Bücherei Büßlingen

In Büßlingen ist die Bücherei wieder geöffnet ab kommenden Woche immer mittwochs in der Zeit von 17.00 Uhr - 19.00 Uhr

Kindertagesstätten

Kindertagesstätte St. Vinzenz Tengen



Kooperation

Gemeinsam feierten am Dienstag, den 29.03.2016 die Kinder der Kindertagesstätte St. Vinzenz und der Kinderkrippe Storchennest ein Osterfest. Die Feierstunde wurde von Pfarrer Dörfinger gestaltet. Vielen Dank hierfür. Gemeinsam sangen wir einige Lieder. Anschließend wurden die selbstgebackenen Osterkekse beim gemeinsamen Festmahl verspeist. Natürlich war die Eiersuche nach der Feier ein besonderes Highlight für die Kinder. Herzlichen Dank Familie Finsler für die Spende der Eier. Es war ein schönes Fest und ein toller Vormittag mit schönen Begegnungen.

Caro's Storchennest



Die Teams der Kindertagesstätte St. Vinzenz und der Kinderkrippe Storchennest

Veranstaltungen

„Erzählzeit ohne Grenzen“ Singen-Schaffhausen 2016 unter dem Motto „Lebenswege und Kurswechsel“

Unter dem Motto „Lebenswege und Kurswechsel“ findet das deutsch-schweizerische Literaturfestival „Erzählzeit ohne Grenzen“ **Singen-Schaffhausen vom 2. bis 10. April 2016** zum siebten Mal statt. Es bietet erneut spannende Begegnungen an außergewöhnlichen Leseorten in der Region zwischen Bodensee und Rheinfluss. 37 namhafte Autorinnen und Autoren aus der Schweiz, aus Deutschland und aus Österreich präsentieren bei 55 Veranstaltungen in 38 Städten und Gemeinden ihre neuen Romane. Die Geschichten erzählen von gradlinigen Biografien, von Brüchen, von Höhepunkten und Niederlagen, von Umwegen oder Neuanfängen. Bei den allermeisten Veranstaltungen ist der Eintritt frei! Aktuelle Informationen zum Programm gibt es im Internet (www.erzählzeit.com).

Feuerwehr



Freiw. Feuerwehr Tengen

Die nächste Probe für die gesamte Mannschaft findet statt am kommenden Montag, den 04. April 2016.
Beginn: 20.00 Uhr

Freiw. Feuerwehr Büßlingen

Am Donnerstag, den 07.04.2016 findet unsere nächste Probe statt.

Beginn: 19.30 Uhr

Der Abteilungskommandant

Unsere diesjährige Generalversammlung findet am Freitag, den 08.04.2016 um 20.00 Uhr im Rathaus Büßlingen statt.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Bericht des Schriftführers
3. Kassenbericht
4. Bericht des Kassenprüfers
5. Bericht des Abteilungskommandanten
6. Entlastung
7. Bekanntgaben,
8. Wünsche und Anträge

Hierzu sind alle Senioren, Freunde und Interessierte eingeladen.

Freiw. Feuerwehr Watterdingen

Die nächste Probe der Freiw. Feuerwehr Abtlg. Watterdingen findet am **Montag, den 04. April 2016 um 20.00 Uhr** statt. Treffpunkt ist in der Friedhofstraße.

Freiw. Feuerwehr Wiechs a.R.

Unsere nächste Probe findet statt am kommenden Montag, den 04. April 2016

Beginn: 19.30 Uhr

Der Abteilungskommandant

Sport – Spieltermine

Samstag, 02.04.2016

Hegauer FV 2 - SG Tengen-Watterdingen (in Engen) 16.00 Uhr

Sonntag, 03.04.2016

ESG Zizenhausen/Hi/Ho 2 - SG Tengen-Watterdingen 2
(in Hoppetenzell) 13.15 Uhr



Aus der Kernstadt

BUND - Ortsgruppe Tengen



Kinder, die gerne draußen etwas erleben wollen und sich für Tiere und Pflanzen interessieren, die gerne auf Moos sitzen, in der Erde graben, im Wasser planschen, über Baumstämme klettern, durchs Herbstlaub rascheln – alle, die lernen wollen wie man Naturschützer werden kann – sie sind herzlich zur BUND-Kindergruppe eingeladen. Dieses Mal heißt es:

Welche Blumen sind schon da?

Bunte Blütentupfer im braunen Laub kündigen den Frühling an. Los geht's zum lustigen Blumenraten!

Kosten 2,00 € pro Veranstaltung, eine Mitgliedschaft beim BUND ist nicht erforderlich. Bringt ein kleines Vesper, etwas zu trinken sowie eine Sitzunterlage mit. Robuste, wettergerechte Kleidung ist Voraussetzung.

Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren treffen sich am **08.04.2016, um 15 Uhr**, am Parkplatz Wannenberg (Wasserhochbehälter Tengen). Die Veranstaltung endet um **17 Uhr**.

Anmeldung erforderlich, bitte bis spätestens zum Vortag bei W. Kostmann:

Tel. 07774 1072 oder mobil, auch per sms: 0172 7406414.

Achtung! Die Veranstaltung findet nur bei genügend vorherigen telefonischen Anmeldungen statt!

Schwarzwaldverein Tengen

„Rund um Mundelfingen“ wird am **Sonntag, 03.04.** gewandert, Treffpunkt: 13:30 Uhr Randenhalle, die Führung hat Willi Keller, Tel. (07736) 7150.

Gäste sind wie immer herzlich willkommen!

Zum nächsten **Wanderhock** treffen wir uns am Donnerstag, **7. April** um 19:00 Uhr in der „**Laurentius-Stube**“ in Hilzingen.

Voranzeige!

„**Unterwegs am Reiat**“ ist das Wandermotto am **Sonntag, 17.04.** (Termin gegenüber Wanderplan geändert), Treffpunkt: 13:30 Uhr Randenhalle, die Führung hat Horst Köller, Tel. (07739) 249

Impressum

Herausgeber: Stadtverwaltung Tengen, Marktstraße 1, 78250 Tengen.
Druck und Verlag: NUSSBAUM MEDIEN Rottweil GmbH & Co. KG,
Durschstr. 70, 78628 Rottweil, Tel. 0741 5340-0, Fax 07033 3204928.

Verantwortlich für den amtlichen Teil, alle sonstigen Vereinbarungen und Mitteilungen: Bürgermeister Marian Schreier oder sein Vertreter im Amt.
Verantwortlich für „Was sonst noch interessiert“ und den Anzeigenteil: Brigitte Nussbaum, 78628 Rottweil.

E-Mail: anzeigen.78628@nussbaummedien.de

Es gilt die jeweils aktuelle Anzeigen-Preisliste.

Einzelversand nur gegen Bezahlung der ¼-jährlich zu entrichtenden Abonnementgebühr.

Abonnement und Zustellung: WDS Pressevertrieb GmbH, Josef-Beyerle-Str. 2, 71263 Weil der Stadt, Tel. 07033 6924-0,

E-Mail: abonnenten@wdspresservertrieb.de

Sportverein Fortuna Tenggen e.V.



Termine Gymnastikdamen 55+ - Mittwoch 18.00 Uhr

Am Samstag, 02.04.2016 um 15.00 Uhr freue ich mich auf Eure Teilnahme an unserem sportlichen Nachmittag in der Randenhalle.

Weitere Teilnehmer, die schnuppern wollen sind herzlich willkommen, Anmeldung noch möglich unter Tel. 7380.

Am Mittwoch, 06.04.2016 fällt die Gymnastik aus.

Ab Mittwoch, 13.04.2016 laufen die Übungsstunden wie gewohnt.

Die Übungsleiterin

Nachrichten aus den Ortsteilen



Beuren a.R.

Gesangverein „Sangesfreunde“ Beuren a.R.

Gesangverein „Sangesfreunde“ und Kirchenchor Beuren am Ried e.V.

Zu unserer Versammlung am **Freitag, dem 01.04.2016 - 20.00 Uhr** im Probelokal in der Schule Beuren a.R. laden wir alle Ehren-, Passiv- und Aktivmitglieder sowie Freunde und Gönner des Vereins sehr herzlich ein.

Die Vorstandschaft

Sigrid Frischkemuth 1. Vorstand

Radfahrverein „Wanderlust 1912“ - Beuren a.R.

Radspportverein und Gesangverein Beuren am Ried

Am kommenden **Samstag, den 02.04.2016** findet unsere Schrottsammlung statt.

Bitte die Gegenstände ab 9.00 Uhr am Straßenrand bereithalten.

Schwere Teile holen wir vor Ort ab.

Im Voraus besten Dank!

Reinhard Speck Tel. 7550

Sigrid Frischkemuth Tel. 7912



Büßlingen

Ortschaftsverwaltung

Sitzung des Ortschaftsrates

Am **Donnerstag, den 07. April 2016** findet eine öffentliche Sitzung des Ortschaftsrates Büßlingen statt.

Beginn: 19.30 Uhr Rathaus

Tagesordnung:

1. Bürgerfrageviertelstunde
2. Bauanträge
3. Ausstattung Körbeltalhalle - Info -
4. Bekanntgaben und Anfragen

Wir laden hierzu recht herzlich ein.

Bürgerverein „Linde“ e.V. Büßlingen



Begegnungsstätte „Linde“

Treffpunkt am Mittwoch

10.00 - 12.00 Uhr

15.00 - 23.00 Uhr

Dichterlesung

Im Rahmen der „**Erzählzeit ohne Grenzen**“ **Singen-Schaffhausen** findet am **Mittwoch, 06.04. 2016, um 19.30 Uhr, im Bürgerzentrum Linde** eine Dichterlesung der Autorin Isabella Straub statt. Frau Straub liest aus ihrem Buch „Das Fest des Windrads“. **Eintritt frei!**

Wir freuen uns auf Sie.

Vortrag: Medienwelten Jugendlicher

Am Mittwoch, 13. April, um 19.30 Uhr, bietet der Bürgerverein Linde e.V. einen in unserer Zeit höchst aktuellen Vortrag an. Frau Viktoria Alberti vom Polizeipräsidium Konstanz – Referat Prävention - wird in ihrem medienunterstützten Vortrag über das Nutzungsverhalten der Kinder und Jugendlichen bezüglich der neuen Medien sprechen. Natürlich wird es auch darum gehen, welchen Gefahren die Kinder und Jugendlichen dabei aus polizeilicher Sicht begegnen können.

Im Vortrag werden insbesondere die Themen Cybermobbing und die Strafbarkeiten Urheberrecht / Kunsturheberrecht, Problematische Inhalte (Bsp. Pornografie, Gewaltvideos und Passwortsicherheit) aufgegriffen. Darüber hinaus werden die möglichen rechtlichen Konsequenzen und die polizeilichen Maßnahmen bei entsprechenden Rechtsverstößen dargestellt.

Eintritt frei!

Wir freuen uns auf Sie.

Die Vorstandschaft



Watterdingen

Kath. Frauengemeinschaft Watterdingen



Frauengemeinschaften Tenggen + Watterdingen Kleidersammlung zugunsten von Pro Humanitate

In Tenggen und Watterdingen findet wieder eine Kleidersammlung für Moldawien über die Organisation Pro Humanitate statt.

Es wird Folgendes gesammelt: Kindermode ab Gr. 140, Damen- und Herrenbekleidung, Bettwäsche, Frottierwaren, Handtücher und Woldecken. Es können auch gebrauchte Musikinstrumente abgegeben werden, sowie Brillen.

Nicht angenommen werden: Schuhe, Schmuck, Handtaschen, Spielzeug, Vorhänge und Federbetten.

Geldspenden, um die Transporte zu bezahlen, können ebenfalls bei den Annahmestellen abgegeben werden – oder direkt überwiesen werden an:

Pro Humanitate, Hilfe für Moldawien

IBAN-Nummer DE16692500350003636362,

BIC SOLADES1SNG

(Spendenbescheinigung auf Wunsch)

Annahmestellen sind:

Montag, 11. April 2016 von 8.00 - 12.00 und 14.00 - 16.00 Uhr bei Reha Mick in Tenggen.

Kontaktperson: Veronika Mick Tel. 07736 921 9999

Dienstag, 12. April 2016 von 9.00 - 11.30 und 14.00 - 18.00 Uhr im Pfarrheim Watterdingen.

Kontaktperson: Monika Messmer Tel. 07736 7373

Kleider bitte nur zu den angegebenen Zeiten abgeben.

Über jeden, der uns tatkräftig unterstützen möchte, freuen wir uns, denn es werden immer viele helfende Hände benötigt. Bitte bei Monika melden.

Eventuelle Rückfragen bei Monika Messmer 07736 7373.

Die Frauengemeinschaften Tenggen und Watterdingen bedanken sich im Namen der notleidenden Menschen für Ihre materielle oder finanzielle Unterstützung.

Musikverein Watterdingen-Weil



Saisonaufakt in der Biberhalle

Zur Saisonöffnung lädt der Musikverein Watterdingen-Weil e.V. am **Sonntag, den 03. April ab 10.30 Uhr in die Biberhalle nach Watterdingen ein.**

In lockerer Atmosphäre stellt der Musikverein sein neues Programm musikalisch vor und die Programmpunkte werden kurz erläutert.

Nach den ersten Begrüßungs-Stücken werden wir verdiente Musiker für ihre 60-, 50-, 25- und 10-jährige Mitgliedschaft im Verein ehren. Die Ehrungen wird der Verbandspräsident Johannes Steppacher vom Blasmusikverband Hegau-Bodensee vornehmen.

Zum anschließenden Mittagessen werden natürlich auch die Erfolgsstücke aus dem traditionellen Programm zu hören sein. Der Eintritt ist kostenlos. Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt.

Eingeladen sind alle Einwohner und Freunde guter, fetziger Blasmusik.

Turn- und Gymnastikgruppe Watterdingen



DeepWORK startet...

Ab Mittwoch, 06.04.2016 findet in der Biberhalle Watterdingen von 20:00 – 21:00 Uhr, 10 x eine Stunde DeepWORK statt. Ich freu mich auf Euch!

Tabea Schnekenburger



Weil

Gemischter Chor Weil



Scheckübergabe von Herrn Peter Rendler (rechts im Bild), 1. Vorstand des Gemischten Chor Weil, an die Einrichtung Haus am Mühlebach in Mühlhausen-Ehingen. Bild: S. Dietz-Vollmar, HaM

Peter Rendler vom Gemischten Chor Weil übergibt Spende an die Kinder und Jugendlichen vom Haus am Mühlebach.

Dank und große Freude bei den Kindern und Jugendlichen vom Haus am Mühlebach in Mühlhausen-Ehingen über den Scheck von 400 Euro, den der erste Vorstand des Gemischten Chor Weil, Herr Peter Rendler, vor Ort überreichte. Die Chormitglieder entschieden gemeinsam, dass ein Teil der Einnahmen des letztjährigen Weihnachtskonzertes, welches alljährlich im Bürgerhaus Weil stattfindet, dem sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentrum mit Internat in freier Trägerschaft für pflegebedürftige Kinder und Jugendliche zukommen soll. Bei ihrem Besuch in der Einrichtung bekam die Delegation des gemischten Chor Weil einen Einblick in die Einrichtung Haus am Mühlebach und in die pädagogische Arbeit.



Wiechs a.R.

Musikverein Wiechs a. Randen e.V.



Voranzeige Frühjahrskonzert

Am **Samstag, den 09. April 2016 um 19.30 Uhr**, findet in der Gemeindehalle Wiechs a. R. unser Frühjahrskonzert unter der Mitwirkung des Gesangverein „Harmonie“ Wiechs a. R. und dem MV „Harmonie“ Gutmadingen statt.

Wir möchten Sie schon jetzt herzlich dazu einladen.

Ihr Musikverein Wiechs am Randen

Kirchen

Römisch-katholische Kirchengemeinde Tengen Bernhard von Baden



Öffnungszeiten des Pfarrbüros

Montag: 16.00 – 18.00 Uhr
 Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr
 Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr

CARITAS-BERATUNG

Sprechstunden von „Caritas vor Ort“ freitags von 10.00-12.00 Uhr im Pfarrhaus in Tengen, Tel. 07736/9247983 (während der Sprechstunden) oder 9247980 (außerhalb der Sprechstunden)

GOTTESDIENSTORDNUNG

01.04.2016 – 10.04.2016

Freitag, 01.04. - Freitag der Osteroktav – Herz-Jesu-Freitag-

16.00 Uhr Zweitbeichte von Erstkommunionkindern in St. Martin **Büßlingen**
 18.00 Uhr Rosenkranzgebet und
 18.30 Uhr Eucharistiefeier, anschl. bis 20.00 Uhr eucharistische Anbetung mit abschl. Segen in St. Laurentius **Tengen** für Albert Zeller

Samstag, 02.04. - Samstag der Osteroktav

15.00 Uhr Rosenkranzgebet in St. Laurentius **Tengen**
 18.30 Uhr Eucharistiefeier zum Sonntag in St. Gordian u. Epimachus
Watterdingen-Kollekte für die Kirchenrenovation-

2. Opfer für Ernst Maier; für Christine Maier; Doris Stihl;
 3. Opfer für Theresia Preter; für Peter Preter; Franz Nutz z. Jahrtag;
 Erwin Maier u. verst. Angehörige; Ernst Nutz; Erika Wesle für die armen Seelen;

Sonntag, 03.04. - Weißer Sonntag – Zweiter Sonntag der Osterzeit – Sonntag der Barmherzigkeit

08.45 Uhr Eucharistiefeier für die Pfarreien in St. Martin **Büßlingen**
 10.30 Uhr Eucharistiefeier mit feierlicher Erstkommunion, mitgestaltet von der **Band Holy Tones** und der Stadtkapelle Tengen in St. Laurentius **Tengen**
 17.30 Uhr Dankandacht mit den Erstkommunionfamilien in St. Laurentius **Tengen** -Diasporaopfer der Kommunionkinder-
 18.30 Uhr Rosenkranzgebet in St. Wendelin **Beuren**

Montag, 04.04. - Verkündigung des Herrn

18.00 Uhr Rosenkranzgebet und
 18.30 Uhr Eucharistiefeier zum Hochfest in St. Michael **Blumenfeld**
 Philipp + Dominik + Selina + Marco

Dienstag, 05.04. - Dienstag der zweiten Osterwoche

15.00 Uhr Wortgottesfeier im Pflegeheim Schoss **Blumenfeld**, Haus am Steinbach

19.00 Uhr Friedensandacht in St. Gordian und Epimachus
Watterdingen

Mittwoch, 06.04. - Mittwoch der zweiten Osterwoche

18.30 Uhr Rosenkranzgebet in St. Martin **Büßlingen**

Donnerstag, 07.04. - Johannes Baptist de la Salle, Priester, Ordensgründer

07.30 Uhr Laudes in St. Laurentius **Tengen**

18.00 Uhr Rosenkranzgebet in St. Michael **Blumenfeld**

18.30 Uhr Rosenkranzgebet in St. Gordian u. Epimachus
Watterdingen

18.30 Uhr Eucharistiefeier in St. Martin **Büßlingen**

Freitag, 08.04. - Freitag der zweiten Osterwoche

18.00 Uhr Rosenkranzgebet und

18.30 Uhr Eucharistiefeier, gestaltet als Dankmesse von
Erstkommunionfamilien in St. Georg **Tengen**

Samstag, 09.04. - Samstag der zweiten Osterwoche

15.00 Uhr Rosenkranzgebet in St. Laurentius **Tengen**

18.00 Uhr Rosenkranzgebet und

18.30 Uhr Eucharistiefeier zum Sonntag in St. Michael **Blumenfeld**
für Johanna Speinle; *Clara + Aileen + Tamara
+ Morris*

Sonntag, 10.04. - Dritter Sonntag der Osterzeit

08.45 Uhr Eucharistiefeier für die Pfarreien in St. Gordian u.
Epimachus

Watterdingen

10.30 Uhr Eucharistiefeier mit feierlicher Erstkommunion,
mitgestaltet von der **Band Holy Tones** und dem
Musikverein Büßlingen, in **St. Martin Büßlingen**

17.30 Uhr Dankandacht mit den Erstkommunionfamilien
in St. Martin **Büßlingen** -Diasporaopfer der
Kommunionkinder-

18.30 Uhr Rosenkranzgebet in St. Wendelin **Beuren**

Kirchengemeinde

CARITAS

Hauskommunion am Herz-Jesu-Freitag, 01.04.16

Die monatliche Hauskommunion wird am Freitag, den
01.04.16 wie gewohnt gespendet.

MINISTRANTEN

Proben für die Erstkommunion

in St. Laurentius am Freitag, 01.04.16 um 11.00 Uhr

in St. Martin am Freitag, 08.04.16 um 16.00 Uhr

BIBELKREISE

Der Bibelkreis **Büßlingen** trifft sich am Montag, den 04.04.16
um 19.30 Uhr im Jugendraum Büßlingen. Interessierte sind
herzlich eingeladen. Bitte eine Bibel mitbringen.

Dekanat

Einladung zum Gesprächskreis für Trauernde des Hospizvereins Singen und Hegau e.V.

Der offene Gesprächskreis für Trauernde des Hospizvereins Singen und Hegau e.V. findet seit vielen Jahren in den Räumen des Hospizvereins, Im Gambrinus 1 in 78224 Singen statt. Die Termine sind nach wie vor am 1. Montag im Monat, von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr und am 3. Mittwoch jeden Monats, von 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr. Die Treffen des Gesprächskreises werden von geschulten Trauerbegleitern und -begleiterinnen geleitet, die Mitglieder des Hospizvereins sind, ehrenamtlich arbeiten und der Schweigepflicht unterliegen. Der Gesprächskreis ist für alle Trauernden offen, gleich welcher Weltanschauung und Konfession. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Hospizverein Singen und Hegau e.V. Im Gambrinus 1, 78224 Singen, Tel.: 07731-31138 www.hospizsingen.de

Diözese

Kath. Landfrauenbewegung Veranstaltungshinweise

Die Katholische Landfrauenbewegung der Erzdiözese Freiburg bietet alljährlich verschiedene Seminare an. Die Veranstaltungshinweise können im Internet unter www.kath-landfrauen.de, für interessierte Frauen eingesehen werden.

Verschiedenes

Zum 1. Mal empfangen in Tengen die heilige Kommunion

Vor 25 Jahren am 07.04.1991

Back Matthias, Homburger Myriam, Kolb Nadine, Leibach Iris, Meier Joachim, Mick Christian, Müller Matthias, Reisinger Benjamin, Schlegel Daniel, Schreiber Katja, Schultheiß Alexander, Schultheiß Michelle, Sumser Natascha, Veit Uwe, Wiehl Sabrina, Zendler Nicole, Zeller Bernd, Zeller Marco

Vor 50 Jahren am 17.04.1966

Bolter Karl Heinz Albert, Engesser Johannes, Hartauer Peter, Heger Walter, Kaier Georg, Keller Nikolaus, Kolb Hans Jürgen, Lohberger Bernd, Münch Lorenz, Weber Günter, Welte Wilfried, Veit Wolfgang, Zeller Ernst, Geisinger Sonja, Geisinger Ingeborg, Homburger Christel, Keller Ingeborg, Maier Bettina, Haiz Adelinde, Stihl Maria, Stump Roswitha, Wiehl Silvia

Vor 75 Jahren im Jahre 1941

Keller Berthold, Küpper Gerhard, Müller Siegfried, Schönle Alfred, Veit August, Wesle Gustav, Zeller Ludwig, Bihner Erika, Kentischer Ruth, Maier Liselotte, Maus Juliana, Münch Fridoline, Veit Lydia, Weber Rosa

Kath. Pfarrgemeinde St. Cyriak, Kommingen

Donnerstag, 31.03.

19.00 Uhr Eucharistiefeier - Gedenken für Edwin Zeller

Alt. Katholischer Gemeindeverband Randen-Wutachtal

Einladung

Alle Menschen sind eingeladen, mit uns Gottesdienst zu feiern. Alle Getauften, die mit uns an die Gegenwart Jesu Christi in den Zeichen von Brot und Wein glauben, sind zur Kommunion / zum Abendmahl eingeladen.

2. Sonntag in der Osterzeit Sonntag, 03.04.

9.00 Uhr Schwaningen

10.30 Uhr Blumberg

10.30 Uhr Kommingen

Kontakt: Alt-Katholische Randen-Wutachtalgemeinden

Pfarrer Guido Palazzari, Hauptstr. 95, 78176 Blumberg,

Telefon: 07702.41110,

Mobil: 0160.4219683, E-Mail: blumberg@alt-katholisch.de

Pfarrer Stefan Hesse, G.i.A., Im Nohl 13, 78176 Kommingen,
Telefon: 07736.413,

Mobil: 0151.17022204, E-Mail: kommingen@alt-katholisch.de

Ev. Kirchengemeinde Tengen

Wochenspruch:

Gelobt sei Gott, der Vater unseres Herrn Jesus Christus, der uns nach seiner großen Barmherzigkeit wiedergeboren hat zu einer lebendigen Hoffnung durch die Auferstehung Jesu Christi von den Toten. 1. Petrus 1,3

Wenn wir bereit sind, die Vorstellungen davon, wie unser Leben sein sollte, aufzugeben und uns zu öffnen für das, was ist, entfaltet sich eine ganz neue Welt vor unseren Augen.

Willigis Jäger, *Benediktinermönch und Zen-Meister*

Donnerstag, 31. März 2016

09.30 Uhr, Hilzingen Krabbelgruppe (Kontakt: Frau Götz, Tel. 07739-926117)

15.00 Uhr, Hilzingen Café zum Guten Hirten

19.30 Uhr, Hilzingen Frauenabend im Grünen Keller

Sonntag Quasimodogeniti, 03. April 2016 - 70. Todestag von Dietrich Bonhoeffer

Opfer für unsere eigene Gemeinde / Kollekte der EKD: Reformationsjubiläum in der Lutherstadt Wittenberg

09.15 Uhr, Tengen Gottesdienst (Liturgieteam Frau Biegler/Pfr. Stahlmann)

10.30 Uhr, Hilzingen Gottesdienst (Liturgieteam Frau Biegler/Pfr. Stahlmann)

Dienstag, 05. April 2016

19.00 Uhr, Watterdingen Friedensgebet ‚Give peace a chance‘

20.00 Uhr, Hilzingen Probe Belcanto-Chor

Mittwoch, 06. April 2016

09.00 Uhr, Hilzingen English for Tots

17.15 Uhr, Hilzingen Konfirmanden Tengen 16-2

Donnerstag, 07. April 2016

09.30 Uhr, Hilzingen Krabbelgruppe (Kontakt: Frau Götz, Tel. 07739-926117)

15.00 Uhr, Hilzingen Café zum Guten Hirten

17.30 Uhr, Hilzingen Probe Kinderchor – Gruppe der Vorschulkinder mit Andrea Jäckle

18.15 Uhr, Hilzingen Probe Kinderchor – Kinder ab der 2. Klasse mit Andrea Jäckle

20.00 Uhr, Tengen Chorprobe des gemeinsamen Chores im kath. Pfarrheim Tengen

Sonnabend, 09. April 2016

11.00 Uhr, Hilzingen Treffen des Helferkreises Hilzingen

Sonntag Misericordias, 10. April 2016

Opfer für unsere eigene Gemeinde

09.15 Uhr, Tengen Gottesdienst (Liturgieteam Herr Höhn/Herr Barth)

10.30 Uhr, Hilzingen Gottesdienst (Liturgieteam Herr Höhn/Herr Barth)

Das Pfarrteam und Ihre Ältesten wünschen Ihnen eine fröhliche Osterzeit!
Ihr Pfarrer Matthias Stahlmann

Nachrichten aus der Region**Hohentwiel Gewerbeschule Singen****Technisches Gymnasium ab Klasse 8: „Technik ist unser Profil“**

Neugierig auf Technik? Im Rahmen eines weiteren Infoabends informiert die Hohentwiel-Gewerbeschule Singen über die Mittelstufe des Technischen Gymnasiums, in die Schülerinnen und Schüler aller Schularten nach Abschluss der siebten Klasse eintreten können. Die Veranstaltung richtet sich an technisch interessierte Schüler und ihre Eltern. Vorgestellt wird diese 2013 eingeführte Schulart und der Schulversuch „Unterricht mit Tablets“. Der Infoabend findet statt am Mittwoch, 13.4.2016, um 19 Uhr. Infos auch unter www.hgs-singen.de

Landratsamt Konstanz**Früherkennung von Brustkrebs bei Frauen****Vortrag zum Thema „Mamma-Carcinom im Alter – kein Problem?“**

Zu einem Vortrag zum Thema „Mamma-Carcinom im Alter – kein Problem?“ lädt die Kommunale Gesundheitskonferenz im Landkreis Konstanz (KGK) alle Interessierten am **Mittwoch, 6. April 2016** in das Pflegeheim „Schloss Blumenfeld“ ein. Die

Veranstaltung findet um 20 Uhr im Schlosscafé des Pflegeheims, Schloßstraße 10 in Tengen-Blumenfeld, statt. Referent ist Dr. Wolfram Lucke, Chefarzt der Frauenklinik Singen und Leiter des Brustzentrums Hegau-Bodensee.

Hintergrund:

Der Krebsatlas des Deutschen Krebsforschungszentrums Heidelberg weist Brustkrebs als die häufigste Krebstodesursache bei Frauen aus. Dies gilt auch für den Landkreis Konstanz. Im Vergleich zum Landesdurchschnitt suchen hier Frauen in der Altersgruppe ab 65 Jahren erst mit deutlich fortgeschrittenen Tumoren einen Arzt auf.

Die Kommunale Gesundheitskonferenz sieht deswegen dringenden Handlungsbedarf und hat die *Arbeitsgruppe Brustkrebs bei Frauen* gegründet. Früherkennung und Aufklärung gehören zu den wichtigsten Faktoren, um die Situation für möglich betroffene Frauen zu verbessern. Eine rechtzeitige Therapie hilft, Leiden zu verhindern. Früherkennung und frühe Therapie sind deshalb auch im fortgeschrittenen Alter dringend notwendig.

Die Schulung von Angehörigen und Pflegepersonen in den Alten- und Pflegeheimen sowie im ambulanten Pflegebereich stellt einen entscheidenden Baustein in der Früherkennung von Brustkrebs bei pflegebedürftigen älteren Menschen dar. Pflegepersonen sollen mithelfen, bei den ihnen anvertrauten Patienten und Bewohnern die Erkrankung frühzeitig zu erkennen und zeitnah weitere Maßnahmen einzuleiten. Auch gilt es, dem weit verbreiteten Vorurteil entgegenzuwirken, dass Brustkrebs im Alter keine Bedeutung mehr habe.

Die Kommunale Gesundheitskonferenz im Landkreis Konstanz (KGK) wurde am 25. Januar 2012 gegründet. Sie besteht aus 19 stimmberechtigten Mitgliedern aus den Bereichen Kreisverwaltung, Leistungserbringer im Gesundheitswesen, gesetzliche Sozialversicherung, Bildung, Wirtschaft, Patientenvertreter und Selbsthilfegruppen. Vorsitzender ist Landrat Frank Hämmerle. Fünf Arbeitsgruppen beschäftigen sich mit den unterschiedlichen Themen: Sicherung der hausärztlichen Versorgung, Demenz, betriebliches Gesundheitsmanagement, Kinder- und Jugendgesundheit sowie Brustkrebs bei Frauen.

In der *Arbeitsgruppe Brustkrebs bei Frauen* arbeiten die Chefärzte der beiden Brustzentren im Landkreis, je ein Vertreter der niedergelassenen Frauenärzte und der Hausärzte, eine programmverantwortliche Ärztin aus dem Mammographie-Screening Baden-Württemberg, eine Patientenvertreterin von Mamazone e. V. und das Gesundheitsamt mit.

Ski-Club Nordhalden**Helferfest**

Der Skiclub Nordhalden lädt alle Helfer und Mitwirkende des vergangenen Straßenfestes 2015 zum Helferfest ein.

Wie schon in den vergangenen Jahren möchten wir euch zusammen mit euren Lieben am **23.04.2016 ab 19 Uhr** in die Dorferlebnisscheune nach Nordhalden zum Helferfest einladen.

Bitte meldet euch bei Christian Schautzgy unter 07736 / 924 854 oder über christian.schautzgy@scnordhalden.de an.

Wir freuen uns über zahlreiche Anmeldungen.

Landfrauen Nordhalden Kommigen

Der Kurs **Fit & Gym** - Präventive Gymnastik unter der Leitung von Daniela Frieß startet wieder am **Dienstag, den 05.04.2016 von 19:00 bis 20.30 Uhr** in der Dorferlebnisscheune Nordhalden.

Mit verschiedenen Übungen (Pilates, Steppaerobic, Hanteln, Redondo Ball, Brasil, Terraband) bringen wir unseren Körper gezielt in Form und den Kreislauf in Schwung. Körperliche Höchstleistungen werden von niemandem erwartet, so dass

jeder, der Lust auf **Fitness & Gymnastik** hat, daran teilnehmen kann.

Kosten: 36,00 € pro Person für 12 Termine, 20,00 € pro Person für 6 Termine.

Bei Rückfragen könnt ihr euch gerne mit Daniela in Verbindung setzen (Tel. 07736/8879). Neueinsteiger sind herzlich willkommen.

Diese Veranstaltung wird im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks e.V. des LandFrauenverbandes Südbaden durchgeführt.

Sonstiges

WASSERGYMNASTIK - Neuer Kurs ab April

Ab Montag, den 4. April 2016 findet ein neuer Wassergymnastikkurs am **Abend** statt.

10 x immer montags von 19.00 Uhr - 19.45 Uhr.

Weiterhin finden die Kurse am

Montag und Mittwoch 9.15 Uhr – 10.00 Uhr statt

Wassertemperatur 30 Grad.

Informationen und Anmeldungen bei 0174 9117850

Eure Übungsleiterin Marijana Frank

Krabbelgruppe Tenggen

Die Krabbelgruppe Tenggen trifft sich immer mittwochs von 10.00 Uhr - 11.30 Uhr im evangelischen Gemeindehaus in Tenggen, Marktstr. 14, Wir wollen uns in den 90 Minuten austauschen, mit den Kindern singen, spielen, uns bewegen und gemeinsam Spaß haben. Alle Kinder bis 3 Jahre sind mit ihrer Mama/Papa/Oma/Opa... herzlich willkommen. Die Konfession spielt keine Rolle. Interesse?

Kontakt: Simone Engesser, Tel.: 924 76 32

Karate - Neue Kurse in Watterdingen

Ab Mittwoch, den 06. April von 16.00 – 17.00 Uhr beginnt ein Anfängerkurs für Kinder und Jugendliche in der Biberhalle in Watterdingen.

Trainer der Karate-Abteilung Watterdingen ist Frank Ostermann 5. Dan.

Nähere Informationen bei: Frank Ostermann, Tel.: 07733/3324 oder 0172-7632416, E-Mail: frank-ostermann@arcor.de, www.skd-singen.de

Der Hegering/ Jägerschaft Engen e.V. informiert

Achtung Zeitumstellung

Am 27.03 wurden die Uhren auf die Sommerzeit umgestellt und der Berufsverkehr fällt plötzlich wieder in die Dämmerung. Dadurch steigt die Wildunfall-Gefahr erheblich an, denn Reh, Hirsch und Co. sind besonders in den frühen Morgenstunden aktiv. Gerade jetzt nach dem Winter sind die Pflanzenfresser verstärkt auf Nahrungssuche. Des Weiteren benötigen heimische Wildtiere im Frühjahr verstärkt Mineralien, insbesondere für den Fellwechsel, das Geweih-Wachstum und bevorstehende Geburten. Wie ein Magnet wirken deshalb Streusalzreste an Straßenrändern. Zudem sind junge, unerfahrene Rehböcke jetzt auf Reviersuche und überqueren dabei achtlos Straßen. Der Deutsche Jagdverband (DJV) bittet Autofahrer, in den kommenden Wochen besonders vorsichtig zu fahren. Dies gilt insbesondere für Überlandstraßen im und am Wald.

Johannes Hugo Groß, Pressewart, Hegering/ Jägerschaft Engen e.V.



Wassonstnochinteressiert

Aus dem Verlag

Vereinsaktion 2016 - Danke für 250 tolle Beiträge

Liebe Vereine im Nussbaumland,

nach dem unerwartet hohen Eingang von rund **250 Beiträgen** verschiedenster Art beenden wir nun unseren Aufruf und bedanken uns bei allen Vereinen fürs Mitmachen.

Weil wesentlich mehr Beiträge eingereicht wurden als gedacht, wurde auch der Etat für die Zuwendungen aufgestockt. **Die vollständige Liste der Gewinner finden Sie unter www.nussbaummedien.de/vereinsaktion**

Die zugewendeten Beträge stellen indes keine Wertung dar, sondern ergeben sich aus der Reihenfolge des Eingangs der Artikel beim Verlag.

Unser besonderer Dank gilt allen, die keine Zuwendung erhalten, uns aber trotzdem ihr Einverständnis zum Abdruck der eingereichten Texte und Bilder erteilt haben.

Ein tolles Lebensmittel - das Ei!

Das Ei ist ein tolles Lebensmittel. Zum einen ist es eine sehr gute Eiweißquelle, da unser Körper es zu fast 100 % verwerten kann. Zum anderen liefert es uns viele wertvolle Vitamine und Mineralstoffe.

Das wichtigste Vitamin im Hühnerei ist das Vitamin A und das β -Carotin. Beide sorgen für die Elastizität des Auges und verbessern das Nachtsehen. Das im Hühnerei enthaltene Vitamin D deckt 30% des Tagesbedarfs. Auch der Gehalt an Vitamin B1, B2 und B6 sowie Vitamin K und Vitamin E ist erwähnenswert. Bei den Mineralstoffen sind Kalium Eisen und Phosphor hervorzuheben. An Spurenelementen sind Kupfer, Mangan, Jod und Fluor enthalten.

Cholesterin - ein Frühstücksei pro Woche macht nichts

Negativ wird häufig das im Eidotter enthaltene Cholesterin bewertet. Dabei ist Cholesterin wichtig für den menschlichen Körper, da er als Baustoff für viele Hormone dient. Allerdings ist unser Körper selbst in der Lage, das notwendige Cholesterin zu synthetisieren. Bei einem gesunden Menschen reguliert sich die Cholesterinproduktion automatisch, wenn viel Cholesterin mit der Nahrung aufgenommen wird. Liegt eine Störung im Fettstoffwechsel vor, können sich die Blutfettwerte erhöhen und damit das Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen.

Lange Zeit wurde bei erhöhten Cholesterinwerten empfohlen Eier zu meiden. Heute weiß man, dass unter anderem gesättigte Fettsäuren für erhöhte Blutfettwerte verantwortlich sind. Gegen einen moderaten Eierkonsum, wie z. B. ein Frühstücksei am Sonntagmorgen spricht nichts, auch bei erhöhten Cholesterinwerten.

Wie bei allem kommt es immer auf die Menge an. Mit einem Frühstücksei nehmen wie ca. 100 kcal und 7 g Fett zu uns. Eine Portion Rührei aus 3 Eiern in etwas Fett gebraten und Frühstücksspeck ist da schon deutlich reichhaltiger mit ca. 550 kcal und 45 g Fett.

Einen großen Teil unseres Eierkonsums, der bei etwa 220 Eiern pro Jahr liegt, konsumieren wir „versteckt“ - verbacken, als irgendeine Zutat unter vielen. Da lohnt es sich genauer hinzuschauen, denn oft vermissen wir das Ei nicht unbedingt, zumal wir nicht herausfinden können, woher die verarbeiteten Eier wirklich stammen.

Quelle: Kaffee oder Tee, Mo.-Fr. 16.05 – 18.00 Uhr im SWR