



MITTEILUNGSBLATT

Amtliche Bekanntmachungen

Informationen zur Corona-Pandemie

Impfen in Warthausen

Wir sagen DANKE

Am Samstag, 18.12.2021 und 22.01.2022 fanden im Feuerwehrgerätehaus Warthausen Impfkaktionen statt.

Beide Termine wurden gut von der Bevölkerung angenommen. Im Dezember haben sich 157 Personen und im Januar 62 Personen impfen lassen.

Wir sagen an diesen Stelle recht herzlich „Danke“

- der Freiwillige Feuerwehr Warthausen, die den Auf- und Abbau des Impfstandorts sowie die Steuerung und Betreuung der Personen übernommen hat

und

- dem Mobilem Impfteam des DRK-Kreisverbandes Biberach (MIT) für die Durchführung der Impfung.

Nächtliche Ausgangsbeschränkungen im Landkreis Biberach für nicht immunisierte Personen treten außer Kraft

Das Landratsamt Biberach hat aufgrund der Entscheidung des Verwaltungsgerichts Sigmaringen die öffentliche Bekanntmachung vom 14. Januar 2022 aufgehoben. Seit 27. Januar 2022, 0 Uhr gelten daher die nächtlichen Ausgangsbeschränkungen im Landkreis Biberach nicht mehr. Das Landratsamt nimmt damit voraussichtlich die Änderungen der von der Landesregierung für Freitag angekündigten neuen Corona Verordnung vorweg, in welcher die Grundlagen für mögliche Ausgangsbeschränkungen wahrscheinlich neu geregelt werden.

Gegen die öffentliche Bekanntmachung des Landkreises Biberach vom 14. Januar 2022, mit der die Überschreitung der Sieben-Tage-Inzidenz von 500 Neuinfektionen pro 100.000 Einwohner an zwei aufeinanderfolgenden Tagen festgestellt wurde, wurde Widerspruch eingelegt. Das Verwaltungsgericht Sigmaringen hat die aufschiebende Wirkung des Widerspruchs des Antragstellers gegen die öffentlich bekanntgemachte Feststellung des Landkreises Biberach angeordnet. Das Gericht ist der Auffassung, dass die Vorgaben des Infektionsschutzgesetzes vom Landesverordnungsgeber nicht eingehalten wurden, da dieser die Fortgeltung der Alarmstufe II nicht abgekoppelt von Hospitalisierungsinzidenz und Intensivbettenbelegung hätte anordnen dürfen. Das Verwaltungsgericht Sigmaringen stützt seine Entscheidung auf den Beschluss des Verwaltungsgerichtshofs vom 20. Januar 2022, dem ein Widerspruch eines Studenten zugrunde lag.

Notwendige Tatbestandsvoraussetzung für die Verpflichtung des Gesundheitsamtes zur Feststellung der Überschreitung der 7-Tage-Inzidenz von 500 ist aber neben dem Inzidenzwert **auch** die Geltung der Maßnahmen der Alarmstufe II gem. § 17a Abs. 1 CoronaVO. Dieser Mangel in der CoronaVO des Landes führt nach Auffassung des Verwaltungsgerichts Sigmaringen zur Rechtswidrigkeit der Ausgangsbeschränkungen, welche seit 15. Januar 2022 im Landkreis Biberach gelten.

Corona-Schutzimpfung

Neue Öffnungszeiten in den Impfstützpunkten ab Februar - regelmäßiger Termin für Kinder im Impfstützpunkt Biberach

Die Impfstützpunkte der mobilen Impfteams des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) im Landkreis Biberach ändern zum 1. Februar 2022 ihre Öffnungszeiten. Grund dafür ist die in den vergangenen Wochen deutlich gesunkene Nachfrage nach Erst-, Zweit- und Boosterimpfungen. Ließen sich in der Woche vor Weihnachten mehr als 6.000 Menschen im Landkreis Biberach gegen das Coronavirus impfen, waren es in der dritten Kalenderwoche des neuen Jahres nur noch rund 2.000.

Die neuen Öffnungszeiten der Impfstützpunkte ab 1. Februar 2022:

- **Biberach, in der Stadthalle:**
montags, mittwochs und freitags von 17 bis 20 Uhr
samstags von 9 bis 12 Uhr
- **Erolzheim, im DRK-Haus**
dienstags von 17 bis 20 Uhr
samstags von 9 bis 12 Uhr
- **Laupheim, im ehem. Rentschler-Gebäude, Mittelstraße**
dienstags von 17 bis 20 Uhr
samstags von 9 bis 12 Uhr
- **Riedlingen, in der Cafeteria der Geschwister-Scholl-Realschule**
montags und mittwochs von 17 bis 20 Uhr
freitags von 9 bis 12 Uhr

Regelmäßiger Termin für Kinder von fünf bis elf Jahren

Speziell für Kinder im Alter von fünf bis elf Jahren hat das DRK einen regelmäßigen Termin im Impfstützpunkt in der Stadthalle Biberach eingerichtet. Der Termin findet immer donnerstags zwischen 14 und 18 Uhr statt. Weitere Termine für Kinderimpfungen sind am Samstag, 5. Februar, von 14 bis 17 Uhr im Impfstützpunkt in der Stadthalle Biberach und am Samstag, 12. Februar, von 10 bis 16 Uhr im Impfstützpunkt Riedlingen.

Impfzertifikate mit QR-Code

Ab sofort werden in den Impfstützpunkten auch Impfzertifikate mit QR-Code für das Einlesen in die entsprechenden Apps herausgegeben. Dies betrifft auch bereits vergangene Impfungen, die in einem der vier Impfstützpunkte stattgefunden haben. Für eine nachträgliche Ausstellung des Zertifikates müssen lediglich der Impf- und Personalausweis mitgebracht werden.



Darüber hinaus bietet das DRK weitere, unregelmäßige Termine in verschiedenen Gemeinden des Landkreises an. Der Kalender mit allen Impfaktionen im Landkreis Biberach ist auf der Homepage des Landkreises Biberach unter <https://www.biberach.de/landratsamt/kreisgesundheitsamt/corona-schutzimpfung.html> hinterlegt und wird fortlaufend aktualisiert.

Mitteilungen aus der Verwaltung



Gemeinde Warthausen Landkreis Biberach

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir für unsere Kinderkrippe Schloßgut ein/e

Erzieher/in pädagogische Fachkräfte (m/w/d)

in Vollzeit - unbefristet

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung, wenn Sie ...

- eine abgeschlossene Berufsausbildung als Erzieherin oder einen vergleichbaren Abschluss nach § 7 KiTaG haben,
- die Arbeit mit den Kindern begeistert, sowie Freude, Einfühlungsvermögen und einen wertschätzenden Umgang pflegen,
- engagiert, motiviert und selbstständig in einem aufgeschlossenen Team arbeiten möchten,
- Wert auf eine vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Familien legen.

Wir bieten Ihnen...

- eine abwechslungsreiche und verantwortungsvolle Tätigkeit,
- die Möglichkeit, eigene Ideen einzubringen,
- eine konstruktive Zusammenarbeit im Team,
- regelmäßige Teilnahme an Teamfortbildungen,
- Unterstützung und Beratung in allen Erziehungsfragen durch eine Heilpädagogin,
- eine leistungsgerechte Vergütung nach dem TVÖD.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, freuen wir uns über Ihre aussagekräftige Bewerbung **bis zum 07.02.2022** an das Bürgermeisteramt Warthausen, Alte Biberacher Straße 13, 88447 Warthausen oder per Mail an: gemeinde@warthausen.de. Für Fragen stehen Ihnen die Einrichtungsleitung Frau Gebert, 07351 5776514 oder Frau Bareth (Tel. 07351 5093-49) gerne zur Verfügung.

Fundamt

Das Fundamt informiert:

Folgende Gegenstände können während der üblichen Öffnungszeiten im Rathaus, Zimmer 2, abgeholt werden:

- Halskette
- Geldbeutel

Auf der Homepage der Gemeinde ist die Rubrik „Fundamt“ eingerichtet. Sobald ein Fundgegenstand beim Rathaus abgegeben wird, findet man diesen unter www.warthausen.de/fundamt

Fundtier

Fundtier F 16/22

Am 24.01.2022 haben wir einen Kater bei uns aufgenommen, der in Birkenhard im Römerberg gefunden wurde. Er ist männlich, schwarz getigert und 10+.

Wer vermisst ihn bzw. weiß, wo sein Zuhause ist? Infos bitte an Tierschutzverein im Landkreis Biberach e.V., Hubertusweg 10, 88400 Biberach, Telefon: 07351-506700 oder E-Mail: tierheim-biberach@tierschutzverein-biberach.de



Gemeinde Warthausen Landkreis Biberach

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir für unseren Neubau Kita Birkenhard ein/e

Erzieher/in pädagogische Fachkräfte (m/w/d)

in Vollzeit - unbefristet

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung, wenn Sie ...

- eine abgeschlossene Berufsausbildung als Erzieherin oder einen vergleichbaren Abschluss nach § 7 KiTaG haben,
- die Arbeit mit den Kindern begeistert, sowie Freude, Einfühlungsvermögen und einen wertschätzenden Umgang pflegen,
- engagiert, motiviert und selbstständig in einem aufgeschlossenen Team arbeiten möchten,
- Wert auf eine vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Familien legen.

Wir bieten Ihnen...

- eine abwechslungsreiche und verantwortungsvolle Tätigkeit,
- die Möglichkeit, eigene Ideen einzubringen,
- eine konstruktive Zusammenarbeit im Team,
- regelmäßige Teilnahme an Teamfortbildungen,
- Unterstützung und Beratung in allen Erziehungsfragen durch eine Heilpädagogin,
- eine leistungsgerechte Vergütung nach dem TVÖD.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, freuen wir uns über Ihre aussagekräftige Bewerbung **bis zum 07.02.2022** an das Bürgermeisteramt Warthausen, Alte Biberacher Straße 13, 88447 Warthausen oder per Mail an: gemeinde@warthausen.de.

Für Fragen stehen Ihnen die Einrichtungsleitung Frau Wager, 0152/57084787 oder Frau Bareth (Tel. 07351 5093-49) gerne zur Verfügung.

IMPRESSUM

HERAUSGEBER:

Bürgermeisteramt Warthausen
Tel. (0 73 51) 50 93-0, Fax (0 73 51) 50 93-23
E-Mail: gemeinde@warthausen.de
Internet: www.warthausen.de

Sprechzeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag 8.30 bis 12.00 Uhr
Mittwoch 8.30 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 18.00 Uhr
Freitag 8.30 bis 12.30 Uhr

Verantwortlich für den amtlichen Teil:

Der Bürgermeister

Herstellung und Vertrieb:

Druck + Verlag Wagner, GmbH & Co. KG
Max-Planck-Str. 14, 70806 Kornwestheim
Tel.: (0 71 54) 82 22-0, Fax: (0 71 54) 82 22-10

Verantwortlich für den Anzeigenteil:

Tobias Pearman und Katharina Härtel,
E-Mail: anzeigen@duv-wagner.de
Anzeigenberatung Tel.: (0 71 54) 82 22-70
Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.00 Uhr

Erscheint wöchentlich freitags

Titelbild: Oberschwaben-Tourismus GmbH, Bad Schussenried



Kirchliche Nachrichten

Evang. Kirchengemeinde Warthausen



Evang. Pfarramt:
Pfarrer Hans-Dieter Bosch
 Martin-Luther-Str. 6
 88447 Warthausen

Telefon (07351) 13914

E-Mail: Pfarramt.Warthausen@elkw.de

Seelsorge in den Pflegeheimen:

Pfarrer Herbert Seichter, Attenweiler, Tel. 07357-856

Bankverbindung für Spenden:

Evang. Kirchengemeinde Warthausen

IBAN: DE73 6545 0070 0000 2600 22

Bitte Spendenzweck nicht vergessen.

06.02.2022 / Vierter Sonntag vor der Passionszeit:

09.30 Uhr Warthausen: Gottesdienst.
 Bitte beachten Sie die Maskenpflicht.
 (Pfarrer Hans-Dieter Bosch)
 Gruppen und Kreise nach Absprache

13.02.2022 / Septuagesimae (70 Tage vor Ostern):

09.30 Uhr Warthausen: Gottesdienst.
 Bitte beachten Sie die Maskenpflicht.
 (Pfarrer Hans-Dieter Bosch)

Wunderbare Welt

Liebe Gemeinde,
 der Bibelspruch für diesen Sonntag ist eine Herausforderung und Selbstverständlichkeit zugleich:

„Kommt her und sehet an die Werke Gottes, der so wunderbar ist in seinem Tun an den Menschenkindern.“ (Psalm 66, 5) Viele Menschen können dem Bibelvers sofort zustimmen. Wer mit offenen Augen durch die Welt geht, der sieht doch immerzu überall Wunderbares: Den schönen Abendhimmel, die Nebelwand über dem See, der raureiferstarre Winterwald. Louis Armstrong hat mit seinem Lied „What a wonderful world“ dazu den passenden musikalischen Ausdruck gefunden. Viele Worte des Liedes erinnern mich an Psalmverse. Und ich denke, das ist kein Zufall. Für andere ist die Rede von den wunderbaren Werken Gottes eine Herausforderung. Wie präsentiert sich denn diese Welt? Erleben wir nicht täglich die himmelschreiende Ungerechtigkeit zwischen Arm und Reich, zwischen Macht und Ohnmacht, zwischen Gewalttätigen und ihren Opfern, hören leere Versprechungen angesichts der fortschreitenden Klimakrise und müssen resigniert zur Kenntnis nehmen, dass immer mehr Pflanzen und Tiere aussterben. Was ist da „wunderbar“? Ist die biblische Rede vom „wunderbaren Tun Gottes“ nicht eine längst überholte, naive Weltsicht, die die Wirklichkeit nur schönredet?

Ich denke nicht. Weil es diese angeblich naive Weltsicht weder gab noch gibt. Der Lebensalltag im alten Israel war ebenso hart und mühevoll wie bei uns heute. Was damals an körperlicher Arbeit mehr gefordert war, ist für uns heute durch technische Erfordernisse und Termindruck mindestens ausgeglichen. Und wer die Bibel aufmerksam liest, der erkennt sehr schnell: Auch sie weiß um Ungerechtigkeit und Gewalt, um Unglück und Krankheit. Nicht alles ist wunderbar und gut. Aber die Bibel kann bei alledem dennoch Gott für sein Tun und seine Werke loben. Der biblische Mensch nimmt aus dem Lob die Kraft, den alltäglichen Kampf aufzunehmen und die Herausforderungen zu bestehen. Es geht also beides gleichzeitig: Die Schönheit der Welt zu sehen und sich daran zu freuen. Und die Widersprüche im Großen und Kleinen auszuhalten und dagegen anzugehen. Wir glauben und sehen, dass Gott diese Welt wunderbar geordnet und dem Menschen als Paradies anvertraut hat. Daraus schöpfen wir die Kraft auch allerlei Widersprüche und viele Rückschläge auszuhalten. Und dabei nicht zu resignieren oder gar nur im Anklagen und

beim Anprangern stehen zu bleiben. Die Welt als wunderbares Geschenk Gottes zu sehen, macht Mut für den Alltag und gibt Kraft den kleinen und großen Ungerechtigkeiten zu begegnen.



Foto: CollageArts/BrFlorindo-Pixabay

Die Wunderblume (Mirabilis) aus der Gattung der Wunderblumen (Nyctaginaceae) ist eine vielfarbige Pflanze aus Südamerika. Ihren Namen verdankt sie vermutlich der Eigenschaft, dass sowohl die Einzelblüte vielfarbig ist als auch die Blüten einer Pflanze unterschiedliche Farben tragen. So kann eine einzige Pflanze gelbe, rote und violette Blüten zugleich haben. Und das nicht als Ergebnis jahrzehntelanger Züchtung, sondern von Natur aus. Bereits 1525 fand die Pflanze aus ihrer ursprünglichen Heimat Mexiko den Weg nach Europa. In manchen deutschsprachigen Botanikwerken trägt sie auch den Namen „Schweizer Hose“. Warum? Weil die Hosen (Beinkleider) der Schweizer Gardisten im Mittelalter sehr bunt und glockenförmig waren. Wie groß die Ähnlichkeit ist, kann noch heute bei der „Schweizer Garde“ im Vatikan überprüft werden.

Einen gesegneten Sonntag und eine gute neue Woche wünscht Ihnen allen

Ihr Pfr. Hans-Dieter Bosch

Die Farben und auch die ganze Schönheit der Bilder ist auf den schwarzweiß gedruckten Bildern leider nur zu erahnen. Wenn Sie mir eine kurze E-Mail schreiben, erhalten Sie jede Woche den Text und die farbigen Bilder zugesandt: Pfarramt.Warthausen@ELKW.de

Hingewiesen wird auf ein „**Treffen für Frauen im ländlichen Raum**“ am **Dienstag, 22. Februar** von 9.30 Uhr bis 15.30 Uhr im Gasthaus Schützen in Laupheim. In zwei Vorträgen „Ich leben mein Lebgen in wachsenden Ringen“ und „Graue Haare - buntes Leben“ wird den Chancen und Herausforderungen unterschiedlicher Lebensphasen nachgegangen. Für das leibliche Wohl sorgt ganztägig das Gasthaus Schützen (auf eigene Rechnung). Anmeldung bis 18. Februar unter 0151 19342067 oder r.wittlinger@hohebuch. Oder beim Evang. Pfarramt Warthausen. Hier ist auch ein Infoblatt erhältlich.

Hingewiesen wird auch auf eine „**Online-Lesung mit dem Kreml-Kritiker Andrej Kurkow**“.

In der Reihe „Lesung und Gespräch“ des Evangelischen Bildungswerks Oberschwaben (EBO) ist **am Mittwoch, 9. Februar, 19.30 Uhr**, der ukrainische Autor Andrej Kurkow zu Gast. Im Mittelpunkt des Abends steht sein Buch „Graue Bienen“. Der Autor wird aus seinem Buch lesen und dabei auch die topaktuellen Parallelen zu der hochbrisanten Lage zwischen seiner Heimat Ukraine und Russland ziehen. Kurkow wurde 1961 in St. Petersburg geboren, lebt aber seit seiner Kindheit in Kiew. Seit 1996 ist er freier Schriftsteller.

Beim EBO-Gespräch ist eine Chat-Teilnahme möglich. Anmeldung unter info@ebo-oab.de oder über die Website www.ebo-rv.de/ Veranstaltungen. Der Zugang wird per E-Mail zugeschickt. Die Teilnahme ist kostenfrei.



Die evangelische Kirchengemeinde trauert um

Herrn **Helmut Hennig**

Ganz überraschend verstarb er am Freitag, den 14. Januar, in der Universitätsklinik in Ulm.

Wir verlieren mit ihm ein treues Gemeindeglied und einen engagierten Kirchengemeinderat.

Seit 2013 hat Helmut Hennig sein Amt mit viel Tatkraft und großer Sachkenntnis ausgeübt. Wir haben seinen Rat und seine Mitarbeit in vielen Bereichen der Kirchengemeinde schätzen gelernt und werden ihn in unserer Mitte sehr vermissen.

Unsere Anteilnahme gilt seiner Familie.

„Fürchte dich nicht, denn ich habe dich erlöst. Ich habe dich bei deinem Namen gerufen; du bist mein.“ Jesaja 43, 1

Für den Kirchengemeinderat Warthausen

Pfarrer Hans-Dieter Bosch

Warthausen, im Januar 2022

Kath. Kirchengemeinde Warthausen



Kath. Pfarramt:

Pfarrer Wunibald Reutlinger

Heggelinstr. 3, 88447 Warthausen

Tel. (07351)72380, Fax (07351) 76535

E-Mail: StJohannes.Warthausen@drs.de

Homepage: <http://stjohannes-warthausen.drs.de>

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. 9.00 – 11.00, Mi. 16.00 – 18.00

Freitag, 04.02.

Pfarrkirche Warthausen

18.00 Uhr Rosenkranz

18.30 Uhr Eucharistiefeier

† Erika und Werner Thomas

† Toni Jerg-Wekenmann

† Albert Fuchs und Augusta Weißer

In Anschluss bis 24 Uhr Eucharistische Nachtanbetung

Samstag, 05.02.

Pfarrkirche Warthausen

18.30 Uhr Sonntagvorabendmesse mit Kerzenweihe und Blasiussegen

Sonntag, 06.02., 5. Sonntag im Jahreskreis

St. Maria Birkenhard

08.45 Uhr Eucharistiefeier mit Kerzenweihe und Blasiussegen

† Robert und Rosemarie Stöhr

Montag, 07.02.

Pfarrkirche Warthausen

07.45 Uhr Schülermesse

14.00 Uhr Requiem; anschl. Beerdigung von Walter Mummert

Mittwoch, 09.02.

St. Maria Birkenhard

18.30 Uhr Eucharistiefeier

In Anschluss Eucharistische Anbetung

Freitag, 11.02.

Pfarrkirche Warthausen

18.00 Uhr Rosenkranz

18.30 Uhr Eucharistiefeier

† Otto Schmiege

† Ursula Lyczek

† Angehörige Fam. Palla und Sobek

† Anna Sobek

† Renate Zwierza

† Reinhold Ganitta

† Geistl. Rat Pfr. John Santan Fernandes

† Richard und Walburga Schwellinger

Corona-Schutzmaßnahmen in Gottesdiensten

Bis auf weiteres gelten die bereits bekannten Maßnahmen. Dazu gehören unter anderem die **Kontaktdatenerfassung**. Am Schriftenstand oder auf der Homepage unter dem *Menüpunkt Gottesdienste* zum Herunterladen gibt es Zettel, in denen Sie sich im Vorfeld eintragen und dann am Eingang vor dem Gottesdienst abgeben können.

Verpflichtung zum Tragen von FFP2-Masken während Gottesdiensten in geschlossenen Räumen

In der aktuell gültigen **Alarmstufe** des Landes Baden-Württemberg in Eucharistiefeiern und anderen Gottesdiensten, die in geschlossenen Räumen gefeiert werden, **von Personen ab 18 Jahren FFP2-Masken oder ein vergleichbarer Standard** (DIN EN 149:2001 oder die gleiche Schutzwirkung aufweist wie etwa KN95, N95, KF94 oder KF95) getragen werden. **Einfache medizinische Masken (OP-Masken) sind nicht mehr zugelassen.** Für Personen im Alter zwischen 6 und 18 Jahren gilt wie gehabt weiterhin die Verpflichtung zum Tragen eines medizinischen Mund-Nasen-Schutzes.

Bei Krankheitssymptomen ist kein Kirchenbesuch möglich.

Weiterhin ist der Gemeindegesang mit Maske möglich!

Nachruf

Die Kath. Kirchengemeinde St. Johannes Evangelist Warthausen trauert um ihren langjährigen Mesner

Walter Mummert

Von 2001 bis 2018 war Walter Mummert Mesner in St. Johannes Evangelist Warthausen; seither als Vize-Mesner tätig.

Der Mesnerdienst war für ihn nie einfach nur ein Job, sondern seine Berufung weit über die vorgesehenen Stunden hinaus. Herr Mummert war nicht nur Mesner, sondern auch Handwerker und IT-Fachmann für Kirche und Pfarrhaus. Er war ein Tüftler, der so manches möglich machte.

Für sein reichliches Engagement ist die Kath. Kirchengemeinde Warthausen ihm zu großem Dank verpflichtet.

Alle, die mit ihm zu tun hatten, erinnern sich an seine Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft.

Die Kirchengemeinde St. Johannes Evangelist Warthausen bleibt ihm über den Tod hinaus dankbar verbunden.

Für den Kirchengemeinderat

Wunibald Reutlinger Georg Schuhbauer Corinna Faulhaber
Pfarrer Gewählter Vorsitzender Mitarbeitervertretung

Eucharistische Nachtanbetung Freitag, 4. Februar

Sehnen Sie sich nach Ruhe und Geborgenheit?

Dann ruhen Sie sich doch ein wenig in Jesu Gegenwart aus bei der eucharistischen Nachtanbetung am Freitag, 4. Februar, nach der Abendmesse von 19 bis 24 Uhr.

Hier dürfen Sie in der Gegenwart Jesu verweilen und IHM alles erzählen, was Ihnen auf dem Herzen liegt - IHN wirken lassen - und dann beschenkt wieder nach Hause gehen.

Ganz egal, ob Sie nur ein paar Minuten kommen oder auch länger bleiben, Jesus möchte Ihnen mit Seiner unendlichen Liebe begegnen. Dafür müssen Sie nichts leisten, sondern Sie dürfen einfach da sein und Zeit mit IHM verbringen. Er wartet auf Sie!

Bitte um Kerzenspenden

Am Fest Maria Lichtmess (2. Februar) werden alle Kerzen gesegnet, die während des Jahres bei den Gottesdiensten gebraucht werden. In vielen Gemeinden ist es ein fester Brauch, dass aus diesem Anlass Gemeindemitglieder Kerzen spenden. Auch wir bitten um eine Kerzenspende.

Am Kircheneingang liegen in beiden Kirchen (vom Samstag 29. Januar bis Sonntag, den 13. Februar) Kerzen auf. Daneben steht ein Opferstock, in den sie Ihre Kerzenspende hineinlegen können. Die Kerzen kosten zwischen 5,- und 15,- €. Die roten Opferlichter kosten 50 Cent.

Die Kerzenweihe findet in Warthausen am Samstag, 05.02. und in Birkenhard am Sonntag, 06.02. statt.



Bericht aus dem KGR

In der ersten KGR-Sitzung im neuen Jahr, pandemiebedingt online, dankte der KGR den vielen Aktiven und Mitwirkenden, die für vielfältige Angebote (Adventsweg, Sternsinger, ...) und Feiern (Krippenfeier, Christ- und Weihnachtsmessen, ...) in der Weihnachtszeit gesorgt haben. Neben dem Beschluss über einige kleinere Baumaßnahmen in Warthausen war der aktuelle Stand über die Reaktivierung der Jugendarbeit in Birkenhard ein wesentliches Thema, über das sich der KGR austauschte. Zudem fand ein erster Austausch über anstehende Aktionen wie das Glaubensseminar statt.

40 Jahre Besuchsdienst in Warthausen und Birkenhard

Ein Besuchsdienst für ältere Gemeindemitglieder wurde im Juli 1981 vom Kirchengemeinderat ins Leben gerufen. Gemeindemitglieder ab 80 Jahren wurden jeden Monat besucht. Den 75- bis 80-Jährigen wurde zu jedem Geburtstag ein Geschenk überreicht. Kontaktpersonen der ersten Stunde waren für Warthausen Elisabeth Schilling, für Birkenhard Maria-Luise Schmidberger und für Oberhöfen Helene Denzel.

Im Jahr 1982 wurden 111 Personen regelmäßig besucht. 39 Helfer, davon 37 Frauen und 2 Männer, waren im Einsatz.

Im November 1983 wurde der Aufgabenbereich des Besuchsdienstes erweitert: Ältere Leute im Seniorenheim besuchen; Wenn ein Kind getauft wurde, ein Geschenk (z.B. Babyschuhe) der Gemeinde vorbeibringen; in der Adventszeit eine Hl. Messe mit den Angehörigen feiern, die einen lieben Menschen verloren haben; Angehörige eines Verstorbenen besuchen.

Mittlerweile umfasst der Besuchsdienst 49 Mitarbeiter/innen - 41 Frauen und 9 Männer. Sie besuchen die Senioren ab 80 Jahren zu Weihnachten und zum Geburtstag und auf Wunsch auch das Jahr über.

Die Kontaktpersonen Helga Junginger und Bärbel Kröll organisieren verschiedene Veranstaltungen für die Besuchsdienst-Mitarbeiter/innen. Vor der Pandemie gehörten zum jährlichen Programm eine Maiandacht, die Frauenwallfahrt auf den Bussen, ein Gottesdienst zum Gedenktag des Patrons der Besuchsdienste Vinzenz von Paul (27. September), ein Besinnungstag oder Vortrag sowie die Adventsfeier, in der die Geschenke für Weihnachten und das folgende Jahr verteilt wurden.

Auch die 19 ehemaligen Besuchsdienst-Mitarbeiterinnen, die aus Altersgründen aus dem Besuchsdienst ausgeschieden sind, wurden für ihren ehrenamtlichen Dienst über viele Jahre mit einem Geschenk bedacht. Allen ein herzliches Vergelt's Gott!



Backbuch für Tansania

Die Kirchengemeinde hat sich ein ehrgeiziges Projekt gesetzt. Bis Ostern 2022 soll ein Backbuch mit verschiedensten Rezepten entstehen, welches dann verkauft wird. Der vollständige Erlös kommt unserem Partnerprojekt Waisenhaus in „St. Katharina“ in Tansania zugute. Jeder kann dazu beitragen. Denn das Buch braucht Rezepte und zwar Ihres: egal Lieblingsrezept, Geheimrezept, ein über Generationen vererbtes Rezept oder das aktuellste Trendrezept. Schreiben Sie Ihr Rezept von Hand auf ein Blatt Papier und geben Sie es bei einem der untenstehenden Kontakte ab. Toll ist auch, wenn Sie uns auf einem weiteren Blatt Papier die Geschichte hinter Ihrem Rezept verraten. Denn dann kann das Rezeptbuch diese Geschichten auch erzählen und wird zu einem einmaligen Bestseller. Kontaktpersonen sind:

- in Birkenhard: alle aktiven Kirchengemeinderäte
- in Warthausen: Ehepaar Grzessitzek, Schlossgut, Tel.: 23140
- in Höfen: Sofia Weckenmann, Tel. 76843

Mitarbeit als Helferin oder Helfer im Nachbarschaftsdienst

Können Sie sich vorstellen, ein paar Stunden Hilfsbedürftigen partnerschaftlich zur Seite zu stehen?

Alte, kranke, behinderte, alleinstehende Menschen, Familien brauchen Unterstützung im Haushalt, sozialen Bereichen, täglichen Besorgungen und Tagesabläufen.

Anderen helfen und beistehen bringt doppelte Freude und ist eine Bereicherung.

Wenn Sie Interesse haben, uns bei diesem sinnvollen Dienst zu unterstützen, melden Sie sich bei Rosa Herzog, Tel. 07351/6807. Bei ihr erhalten Sie weitere Informationen!

Der deutsche Katholikentag (25. - 29. Mai 2022) in Stuttgart

In den vergangenen Wochen entstanden in verschiedenen Gruppen unserer Kirchengemeinde verschiedene Martinsmantelteile, die noch bis Mitte Februar 2022 in der Warthausener und Birkenharder Kirche zu bewundern sind. Dann werden die Teile nach Stuttgart versandt, wo sie mit ca. 2.000 weiteren Mantelteilen aus der gesamten Diözese zu einem großen Martinsmantel zusammengeheftet werden, welcher dann während des Katholikentags ein sichtbares Zeichen für das Motto „leben teilen“ geben soll. Die Mantelteile unserer Kirchengemeinde sind bunt und vielfältig, so bunt und vielfältig wie unsere Gruppen und wir Menschen.

#JUGEND-Birkenhard - KLJB Birkenhard

Wir hatten ein tolles, schaffiges, geselliges Wochenende in Rot a.d. Rot und uns schon mal ein bisschen kennengelernt. Alle, von 14 - 24 Jahren laden wir ganz herzlich zu den nächsten Treffen der Jugendlichen ein. Freut Euch auf nette, gemeinsame Stunden.

Treffpunkt Gemeindehaus Birkenhard

Samstag, **05. Februar 19.00 Uhr** - Spieleabend und Kennenlernen - Infos aus Rot

Samstag, **12. Februar 19.00 Uhr** - Film schauen

Sonntag, **19. Februar 15.00 Uhr** - KLJB Narrenmesse in Bußmannshausen

Freitag, **25. Februar 19.00 Uhr** - Tischkickerturnier

Corona-Regeln: Nur gesund kommen. 3G. Bitte Maske mitbringen und warm anziehen. 12 Personen mit Maske/Abstand im Gruppenraum möglich. Draußen sind bis zu 36 Personen aktuell möglich.

-Änderungen vorbehalten-

Das jugendliche ROT-TEAM freut sich auf Euch!

Fundsachen

In der Kirche Birkenhard wurde vor längerer Zeit eine Brille gefunden. Diese kann bei Frau Weiler Tel. 74556 abgeholt werden.





Veranstaltungen Vereine Organisationen

Berg- und Heimatfreunde



Voranzeige Schneeschuhwanderung

Am Samstag, den 12.02.2022 findet die diesjährige Schneeschuhwanderung im Allgäu statt. Weitere Infos folgen im nächsten Mitteilungsblatt.

Katholischer Kirchenchor Warthausen

Information an Chormitglieder vom Kirchenchor

Für unsere nächsten Proben brauchen wir die Notenmappen. Bitte die Notenmappen beim Pfarrbüro oder bei Franz Hipp in der Sakristei abgeben.

Wir werden alle Chormitglieder über die nächste Chorprobe zeitig informieren.

Die Vorstandschaft



SV Birkenhard

Abteilung Gesundheitssport

Kursangebote

Der SV Birkenhard bietet folgende Kurse an

Kurse bei Claudia Weber/ Mandy Donder-Lau

Anmeldung: cr.web@web.de oder Tel. 07351-16779

Qigong

Ab Montag, 24.01.22 bis Montag, 16.05.22

18:00 - 19:00 Uhr Präsenzkurs (keine freien Plätze mehr) (Halle OG)

19:15 - 20:15 Uhr derzeit Online, ab 21.03. Präsenzkurs (Halle OG)

Ab Dienstag, 25.01.22 bis Dienstag, 17.05.22

08:15 - 9:15 Uhr hybrid d.h. Kombination aus Online- und Präsenzkurs, ab 22.03. Präsenzkurs (Halle)

09:15 - 10:15 Uhr Präsenzkurs (Halle)

09:15 - 10:15 Uhr Präsenzkurs (Halle)

Qigong Online

Ab Mittwoch, 26.01.22 - 16.03.22

20:00 - 21:00 Uhr

Kurse bei Claudia Weber/ Mandy Donder-Lau/ Ingrid Weber

Anmeldung: cr.web@web.de oder Tel. 07351-16779

Gymnastik

Ab Mittwoch, 16.02.22 - 18.05.22 (Halle)

08:20 - 09:20 Uhr

09:20 - 10:20 Uhr

10:20 - 11:20 Uhr (besondere Rücksicht auf Belastungsgrenzen)

Ab Freitag, 18.02.22 - 20.05.22 (Halle OG)

08:30 - 09:30 Uhr (an und mit dem Stuhl)

09:30 - 10:30 Uhr

10:30 - 11:30 Uhr (an und mit dem Stuhl)

Kurse bei Frau Ingrid Weber

Anmeldung: w-iweber@web.de oder Tel. 07356-2687

Gymnastik nur für Frauen

Ab Freitag, 28.01.22 - 27.05.22 (Halle)

08:45 - 09:45 Uhr

10:00 - 11:00 Uhr

Kursgebühren pro Kurs:

30,- € für Vereinsmitglieder beim SV Birkenhard

60,- € für Nichtmitglieder

Alle Kurse sind zertifiziert und können von den Krankenkassen bezuschusst werden.

Die Kurse werden unter Beachtung der aktuell geltenden Coronaverordnung durchgeführt.

TSV Warthausen



Abteilung Turnen

Rückenkurs

Ab dem 7. Februar 2022 startet, zusätzlich zum Online-Programm von Martina, wieder der Präventionskurs „Rücken aktiv - Bewegen statt schonen“ mit Julia vor Ort in der Turn- und Festhalle. Auch dieser Kurs wird von vielen Krankenkassen bezuschusst und findet ganzjährig montags von 7:30 bis 8:30 Uhr unter Einhaltung der aktuellen Corona-Regelungen (siehe Link oben) statt. Mehr Informationen zu allen Präventionskursen sind auf www.tsv-warthausen.de unter der Rubrik „Fitness und Gesundheitssport“ zu finden.

Hallenbelegung Turn- und Festhalle

An folgenden Terminen ist die Turn- und Festhalle anderweitig belegt und es kann an diesen Tagen kein Training stattfinden:

- Montag, 21.02.2022

- Donnerstag, 03.03.2022

- Montag, 07.03.2022

- Freitag, 18.03.2022

- Montag, 21.03.2022

- Donnerstag, 31.03.2022

- Montag, 04.04.2022

Hinweis zum Training: aktuell gilt wieder die Alarmstufe 1, das heißt, wir können wieder unter 2G (ohne Plus) trainieren. Bitte die digitalen Zertifikate den Übungsleitern vor dem Training zeigen. Dies gilt aktuell nur für Erwachsene, Kinder brauchen keinen Nachweis.

TösöX - neuer Kurs startet im März

Anmeldung direkt bei Irina: Irina.allerdinks@gmx.de

TösöX / Bauchkiller + BBP - schnelles Ganzkörperworkout

TösöX ist eine **Fitness-Sportart**, die Elemente aus asiatischen Kampfsportarten wie Karate, Taekwondo oder Kickboxen mit Aerobic verbindet und in Workouts meist zu schneller Musik praktiziert wird. Es ist jedoch selbst kein Kampfsport und keine Selbstverteidigungstechnik, sondern reine **Fitnessgymnastik**. In den Trainingsstunden werden acht einfache Techniken aus dem Kampfsport eingesetzt und mit Zusatztechniken und motivierender Musik kombiniert. Die Techniken werden gezielt und kraftvoll durchgeführt, so dass mit hoher Körperspannung gearbeitet wird. Durch den sehr intensiven Workout (die rhythmusgebende Musik kann bis zu 185 BPM schnell sein) sollen **Kreislauf, Muskelausdauer und -stärke und die Beweglichkeit verbessert werden**. Training donnerstags 19 - 20 Uhr in der Turn- und Festhalle Warthausen (falls die Halle anderweitig belegt ist, findet das Training online statt)

Weitere Informationen unter www.tsv-warthausen.de unter Turnen/ TosoX



TASO

Onlinetraining
Group Fitness
Personal Training

Donnerstags
 19:00 Uhr
 TSV Warthausen

TSV
 WARTHAUSEN

Fitness Dance

Mit Spaß die Pfunde wegtanzen

Beim Fitness Dance wird vorwiegend zu lateinamerikanischer Musik getanzt. Der Kurs ist für alle geeignet. Im Vordergrund steht der Spaß an der Bewegung zur Musik. Der beim TSV Warthausen angebotene Kurs findet donnerstags von 17 bis 18 Uhr in der Neuen Turnhalle in Warthausen statt.

Ein Einstieg sowie Schnuppern ist jederzeit möglich.

Anmeldung bei der Trainerin Yvonne: yroether@web.de

Eine Mitgliedschaft im TSV ist nicht zwingend erforderlich: Nichtmitglieder haben die Möglichkeit mit einer Zehnerkarte teilzunehmen.

Also, warum nicht einfach mal vorbei schauen und die guten Vorsätze doch noch umsetzen?

TSV

WARTHAUSEN

Abteilung Turnen

.....

ganzjähriger Kurs

.....

für alle ab 16 Jahre

donnerstags, 17 - 17:55 Uhr
in der Neuen Turnhalle
in Warthausen

© J. Rimmmele, Michael Yvonne Zell

Sonstige Mitteilungen



Landratsamt Biberach

Das Landratsamt - Landwirtschaftsamt informiert:
Unkrautmanagement und Sorteninformationen im Ökolandbau

Für Mittwoch, 9. Februar 2022 lädt das Landwirtschaftsamt Biberach in Zusammenarbeit mit der Biomusterregion Biberach zu einer Online-Veranstaltung zum Thema „Unkrautmanagement und Sorteninformationen im Ökolandbau“ ein. Die Veranstaltung beginnt um 19.30 Uhr. Jonathan Kern von der Bioland-Ackerbauberatung wird wichtige Aspekte des Unkrautmanagements näher beleuchten. Dabei geht er auf einzelne Unkräuter, deren Regulierung und indirekte Maßnahmen ein.

Im Anschluss werden die aktuellen Sortenergebnisse zu Winter- und Sommergetreide sowie Leguminosen aus dem ökologischen Landessortenversuch Ochsenhausen von Katharina Eberhardt, Landwirtschaftsamt Biberach, präsentiert. Außerdem werden die Gesamtergebnisse der Öko-Landessortenversuche Baden-Württemberg vorgestellt.

Eine Anmeldung unter der Telefonnummer 07351 52-6713 oder per E-Mail an

landwirtschaftsamt@biberach.de unter Angabe von Name, E-Mail-Adresse und Telefonnummer ist erforderlich. Die Teilnehmenden erhalten den Zugangslink zur Online-Veranstaltung nach erfolgter Anmeldung per E-Mail.

Arbeitsmarkt

Landkreis Biberach weiter mit niedrigster Arbeitslosenquote in Baden-Württemberg

Im Januar 2022 wurden im Landkreis Biberach 2.634 Arbeitslose gezählt. Dies sind 171 mehr als im Dezember (+6,9 Prozent), jedoch 895 weniger als vor einem Jahr (-25,4 Prozent). Die Arbeitslosenquote im Landkreis Biberach steigt von 2,1 auf 2,2 Prozent. Vor einem Jahr lag die Arbeitslosenquote noch bei 2,9 Prozent. Auch zum Jahresbeginn weist der Landkreis Biberach die niedrigste Arbeitslosenquote aller Stadt- und Landkreise in Baden-Württemberg aus. Auf den Landkreis Biberach folgt der Alb-Donau-Kreis mit einer Quote von 2,4 Prozent.

Bei der örtlichen Agentur für Arbeit, welche überwiegend Kurzzeitarbeitslose betreut, waren im Januar 1.569 Arbeitslose registriert. Dies 185 Personen mehr als im Dezember (+13,4 Prozent). Gegenüber dem Vorjahr hat sich die Zahl der Arbeitslosen um 912 verringert (-36,8 Prozent).

Beim Jobcenter des Landkreises, das erwerbsfähige Leistungsberechtigte in der Grundsicherung für Arbeitsuchende betreut, ist die Zahl der Arbeitslosen im Januar weiter auf nunmehr 1.065 Personen gesunken. Dies sind 14 Arbeitslose weniger als im Vormonat Dezember (-1,3 Prozent). Im Vergleich zum Januar 2021 ist die Zahl der Arbeitslosen beim Jobcenter jedoch um 17 Personen gestiegen (+1,6 Prozent).

Seit Jahresbeginn konnten 25 (Vorjahr: 22) Personen mit Unterstützung des Jobcenters in eine Arbeits- oder Ausbildungsstelle vermittelt werden.

Derzeit werden im Jobcenter 1.836 Bedarfsgemeinschaften betreut, zwei weniger als im Dezember. Im Vergleich zum Vorjahr ist die Zahl der Bedarfsgemeinschaften um 34 gesunken. Damit bezogen im Januar 2022 insgesamt 3.789 Bürgerinnen und Bürger des Landkreises Biberach Leistungen der Grundsicherung für Arbeitsuchende. Dies sind 33 weniger als vor einem Jahr.

Um ihre Chancen am Arbeitsmarkt zu erhöhen, nehmen derzeit 694 (Vormonat: 691) Arbeitslosengeld-II-Bezieher an Förder- und Qualifizierungsmaßnahmen teil. Zusätzlich werden vom Landkreis 339 Personen (Vormonat: 351) durch soziale flankierende Leistungen wie Kinderbetreuung, Sucht-, psychosoziale Betreuung oder Schuldnerberatung bei der Integration auf den ersten Arbeitsmarkt unterstützt.



Die Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg informiert:

Plan B: Erziehungsrente

Manchmal verläuft das Leben nicht nach Plan. Erst glücklich in Familie und Beruf, dann geschieden und mit den Kindern allein zu Hause. Wenn dann auch noch der oder die Unterhaltszahlende stirbt, kann die Erziehungsrente der Rettungsanker sein. Denn diese Rente dient als Unterhaltersatz und ermöglicht es damit, Kindererziehung weiterhin in den Vordergrund zu stellen. Das teilt die Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg mit. Um diese Rente zu erhalten, müssen Erziehende vor dem Tod ihres geschiedenen Ehepartners mindestens fünf Jahre beitragspflichtig versichert gewesen sein. Auch dürfen sie nicht erneut verheiratet sein. Dann wird die Rente gezahlt - und zwar in Höhe der eigenen Erwerbsminderungsrente. Denn für die Rentenhöhe der Erziehungsrente werden wie bei einer Erwerbsminderungsrente zusätzliche fiktive Zeiten berücksichtigt.

Längstens wird die Erziehungsrente gezahlt, bis das jüngste Kind 18 Jahre alt ist. Aus dem Rentenkonto des verstorbenen Elternteils besteht gegebenenfalls zusätzlich noch Anspruch auf Waisenrente.

Weitere Informationen enthält die Broschüre »Hinterbliebenenrente: Hilfe in schweren Zeiten«. Sie kann kostenlos unter der Telefonnummer 0721 825-23888 oder per E-Mail (presse@drv-bw.de) bestellt werden. Im Internet unter www.deutsche-rentenversicherung-bw.de steht die Broschüre ebenfalls als PDF zum Herunterladen zur Verfügung.

Berufsinformationszentrum (BiZ) der Agentur für Arbeit Ulm

Veranstaltungshinweis

Der Beruf des Fachinformatikers

Das Berufsinformationszentrum (BiZ) der Agentur für Arbeit Ulm bietet am Donnerstag, den 10. Februar 2022 einen Online-Vortrag zum Beruf des Fachinformatikers an. Dieser gliedert sich seit 2020 in die 4 Fachrichtungen Anwendungsentwicklung, Systemintegration, Daten- und Prozessanalyse und Digitale Vernetzung. Holger Balkheimer, IHK Ulm, erklärt im Vortrag die Unterschiede der einzelnen Fachrichtungen und geht auf die Ausbildungsinhalte, Zulassungsvoraussetzungen, Prüfungen und die Abgrenzung zu anderen IT-Berufen ein. Die einstündige Veranstaltung beginnt um 15 Uhr. Eine Anmeldung ist erforderlich unter Ulm.BIZ@arbeitsagentur.de oder telefonisch über die BiZ-Hotline unter 0731 160-888. Der Link zum Videokonferenzportal wird 1 - 2 Tage vor Veranstaltungsbeginn zugesandt. Die Teilnahme ist kostenfrei und mittels Computer, Notebook, Tablet oder Smartphone möglich.

Vortragsreihe „Zukunft gut finden“

Keine Knicke bei Knigge

Die Berufsberatung der Agentur für Arbeit Ulm bietet am Donnerstag, den 10. Februar einen weiteren Online-Vortrag im Rahmen der Reihe „Zukunft gut finden“ an. Der Titel der Veranstaltung lautet: Knigge im Bewerbungsprozess. Der einstündige Vortrag beginnt um 16:30 Uhr und richtet sich an alle interessierten Bürgerinnen und Bürger. Der Vortrag gibt einen Überblick, worauf bei einer schriftlichen Bewerbung neben dem Inhalt noch zu achten ist. Frei nach dem Motto „Keine Knicke bei Knigge“. Darüber hinaus wird es hilfreiche Verhaltenstipps für das persönliche oder telefonische Vorstellungsgespräch geben sowie für ein Vorstellungsgespräch via Skype oder anderer Onlineformate.

Eine Anmeldung ist erforderlich unter Ulm.BIZ@arbeitsagentur.de oder telefonisch über die regionale Berufsberatungshotline unter 0731 160-888. Der Link zum Videokonferenzportal wird nach bestätigter Anmeldung zugesandt. Zur Teilnahme werden ein Computer mit Headset und Kamera oder ersatzweise ein Notebook, Tablet oder Smartphone benötigt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Durchgeführt wird die monatliche Vortragsreihe mit wechselnden Themenschwerpunkten von der Berufsberatung der Agentur für Arbeit Ulm. Termine und Themen sind in der Veranstaltungsdatenbank auf arbeitsagentur.de oder auf der Seite jugendberufsagentur.alb-donau/ulm unter jubadub.de zu finden.

Vortragsreihe Online-Seminare

Wo studieren?

Die Berufsberatung der Agentur für Arbeit Ulm bietet am Mittwoch, den 16. Februar ein Online-Seminar mit dem Titel „Wo studieren? Universität, Hochschule für angewandte Wissenschaft oder Duale Hochschule“ an. Das Angebot richtet sich an studieninteressierte Schülerinnen und Schüler. Inhaltlich wird unter anderem aufgezeigt, inwieweit sich die Hochschularten in ihrem Studienangebot und der Vermittlung der Studieninhalte unterscheiden. Die einstündige Veranstaltung beginnt um 17 Uhr. Eine Anmeldung ist erforderlich unter Ulm.BIZ@arbeitsagentur.de oder telefonisch über die BiZ-Hotline unter 0731 160-888. Der Link zum Videokonferenzportal wird 1 - 2 Tage vor Veranstaltungsbeginn zugesandt. Die Teilnahme ist kostenfrei und mittels Computer, Notebook, Tablet oder Smartphone möglich.

Die Biberacher Gymnasien stellen sich vor

Mit Empfehlung aufs Gymnasium!

Jeder Schüler hat am Gymnasium ein sehr breites Bildungsangebot. Zum Unterricht kommt ein freiwilliger Ergänzungsbereich, der interessierten Schülern eine große AG-Vielfalt und ein großes Förderangebot macht. Eltern haben zudem die Wahl, eine Hausaufgabenbetreuung nach Wunsch ergänzend zu buchen. 2022 wird es pandemiebedingt zum zweiten Mal keine Informationsveranstaltung in der Aula für Grundschüler/innen und deren Eltern geben. Auch Gruppenführungen sind derzeit ausgeschlossen. Sie können sich über unsere Schulen über unsere Seiten www.pg-biberach.de und www.wieland-gymnasium.de informieren.

Zudem laden wir Sie und Ihr Kind herzlich zu Online-Vorstellungen für Grundschüler am **Pestalozzi-** und am **Wieland-Gymnasium** ein.

Online-Vorstellungen (live):

Samstag, 5. Februar 2022

Das Pestalozzi-Gymnasium stellt sich um 9 Uhr über die Webseite www.pg-gymnasium.de vor.

Samstag, 12. Februar 2022

Das Wieland-Gymnasium stellt sich um 9 Uhr über die Webseite <https://anmeldung.wieland-gymnasium.de> vor.

Anmeldung:

Die Anmeldungen 2022 erfolgen über den Postweg (Adressen unten) ODER die direkte Abgabe der vollständigen Unterlagen im Sekretariat des gewählten Gymnasiums zu den Öffnungszeiten ODER persönlich an einem der beiden Anmeldetage

Mittwoch, 9. März 2022

Donnerstag, 10. März 2022

Unsere Sekretariate sind an diesen beiden Tagen von 8 bis 12 Uhr und von 14 bis 17 Uhr geöffnet.

Adressen

Pestalozzi-Gymnasium Biberach

Breslaustraße 8, 88400 Biberach an der Riß

Telefon: 07351 / 51198

Telefax: 07351 / 51518

E-Mail: info@pg-biberach.de

Wieland-Gymnasium Biberach

Adenauerallee 1 - 3, 88400 Biberach an der Riß

Telefon: 07351 / 51392

Telefax: 07351 / 51394

E-Mail: ralph.lange@wieland-gymnasium.de

Matthias-Erzberger-Schule Biberach

2-jährige Berufsfachschule zum Erwerb der Fachschulreife (Mittlere Reife plus berufliche Grundbildung)

Die zweijährige Berufsfachschule (2BFS) ist eine berufliche Vollzeitschule und führt zur Prüfung der Fachschulreife, die mit dem Mittleren Bildungsabschluss vergleichbar ist. Neben der Erweiterung und Vertiefung der Allgemeinbildung wird eine berufliche Grundbildung vermittelt. Die 2BFS kann an der Matthias-Erzberger-Schule mit den Profilen Hauswirtschaft und Ernährung oder Gesundheit und Pflege besucht werden.



Zugangsvoraussetzungen

Die Ausbildung richtet sich an Schülerinnen und Schüler mit Hauptschulabschluss oder gleichwertigem Bildungsstand.

Abschluss- und Anschlussmöglichkeiten

Wird die zweijährige Berufsfachschule erfolgreich abgeschlossen, bieten sich danach eine Vielzahl an Möglichkeiten:

- **eine duale Berufsausbildung** (unter bestimmten Voraussetzungen kann die 2BFS auf das erste Ausbildungsjahr in einem anerkannten Ausbildungsberuf angerechnet werden. Z. B. mit dem Profil Hauswirtschaft und Ernährung das erste Jahr bei der Ausbildung zur Hauswirtschafterin/zum Hauswirtschafter, die an der MES angeboten wird)
- **der Besuch eines Beruflichen Gymnasiums** (die MES bietet die Profile Gesundheit, Biotechnologie, Ernährungswissenschaften und Sozialwissenschaften an)
- **der Besuch eines Berufskollegs** (an der MES z. B. das 2-jährige Berufskolleg für Sozialpädagogik)

**Interessiert? Informationen zur 2BFS an der Matthias-Erzberger-Schule Biberach gibt es unter www.mes-bc.de
Ansprechpartner ist Herr Ege, Tel: 07351 346-339.**

Kreisjugendring Biberach e.V.

Digitaler Austausch für (Jugend-)Vereine zum Thema „Jugendarbeit und Corona“

Auch im Jahr 2022 begleitet uns das Thema Corona immer noch. Viele Jugendgruppen und Vereine sind sich deshalb unsicher, was überhaupt gerade gilt, ob und wie sie derzeit Jugendarbeit machen können oder wünschen sich einen Austausch mit anderen Vereinen. Deshalb bietet der Kreisjugendring Biberach e.V. einen digitalen Austausch für Jugendleiter*innen und Verantwortliche in Organisationen und Vereinen an. Dieser findet am Dienstag, 08. Februar 2022 um 19 Uhr digital über die Plattform zoom statt. Es wird Hinweise zur Corona-Verordnung der Kinder- und Jugendarbeit geben, danach ist genügend Zeit für einen Austausch zwischen den Vereinen. Nach der Anmeldung über info@kjr-biberach.de wird der Zugangslink verschickt.

Kolping-Bildungszentrum Riedlingen

Einladung zu Ihrer persönlichen Beratung beim **Infotag am 05. Februar 2022 von 10:00 Uhr bis 15:00 Uhr (Anmeldung 07371 935011 oder E-Mail)**. Es gelten die aktuellen Corona-Regeln. Das **sozialwissenschaftliche Gymnasium** führt mit dem Schwerpunkt „Pädagogik und Psychologie“ in drei Jahren zum Abitur. Neu sind Fächer wie Sozialmanagement und Global Studies, diese werden am Infotag von Fachlehrern vorgestellt. Erfahren Sie, welche Vorteile die neue Gymnasialverordnung für Sie bringt. **Beruf mit Zukunftsperspektive!**

Im **Berufskolleg Gesundheit/Pflege I und II** (zweijährig) können die Schüler/innen neben der Fachhochschulreife die Berufsausbildung zum Assistenten im Gesundheits- und Sozialwesen erzielen. Das Berufskolleg ist schulgeldfrei.

Beim **Berufskolleg Fremdsprachen** bewegt man sich auf internationalem Parkett. Die Schwerpunktfächer Englisch und Spanisch, sowie eine betriebswirtschaftliche Ausrichtung erlauben es nach 2 Jahren neben der Fachhochschulreife auch die Ausbildung zum fremdsprachlichen Wirtschaftsassistenten abzuschließen. Als weitere Option ist der Abschluss zum „Internationalen Wirtschaftskorrespondenten (KA)“ möglich.

Das **Tagesberufskolleg** bietet die Möglichkeit für all diejenigen, die ihre Berufsausbildung abgeschlossen haben, die Fachhochschulreife in einem Jahr, in Vollzeit zu erlangen. Das Berufskolleg ist schulgeldfrei.

Das **Abendberufskolleg** bietet die Möglichkeit für all diejenigen, die ihre Berufsausbildung abgeschlossen haben, die Fachhochschulreife in zwei Jahren in Teilzeit zu erlangen.

Berufsfachschule Altenpflegehilfe, 2-jährig mit intensiver Deutschförderung, eine Ausbildung im dualen System. An zwei Tagen in der Woche erfolgt der Unterricht an der Berufsfachschule. An den anderen Tagen findet die Ausbildung in einer Pflegeeinrichtung statt. Die Berufsfachschule ist schulgeldfrei!
Start: 1. April 2022

Online-Vorbereitungskurs auf die Kommunikationsprüfung in Englisch

3 x samstags von 09:00 bis 12:00 Uhr ab 05.02.2022

Prüfungsvorbereitung für die Mittlere Reife in Englisch

3 x freitags von 13:30 bis 16:30 Uhr ab 29.04.2022

Prüfungsvorbereitung für die Mittlere Reife in Mathematik

4 x dienstags bis freitags von 9:30 bis 11:45 Uhr ab 19.04.2022

Kurse der Erwachsenenbildung:

Bitte beachten Sie, dass wir auch bei den Kursen der Erwachsenenbildung die G2-Regelung beachten müssen.

Kundalini-Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene,

10 x donnerstags von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr, ab 3. Februar 2022

Anmeldung: <https://kolping-macht-schule.de/beratung/>

Kolping-Bildungszentrum Riedlingen, Kirchstraße 24, 88499 Riedlingen, Tel. 07371/935011, gabriele.roth@kbw-gruppe.de; www.kolping-Riedlingen.de

Zukunft Altbau

Gebäudesanierung: Wie ökologisch ist die Pelletheizung?

Holzpellets haben eine gute Klimabilanz und nutzen reichlich vorhandene heimische Holzreststoffe

Wahrheit statt Dichtung: Zukunft Altbau klärt über Sanierungslegenden auf

Pelletheizungen sind nicht klimafreundlich, zudem ist die Nutzung des Rohstoffs Holz schädlich für den Wald. Das sind die Befürchtungen vieler Sanierungswilligen. Die Sorge ist jedoch unbegründet. Darauf weist das vom Umweltministerium Baden-Württemberg geförderte Informationsprogramm Zukunft Altbau hin. Anders als bei einer Öl- oder Erdgasheizung gibt eine Pelletheizung nur so viel Kohlendioxid (CO₂) an die Umwelt ab, wie das verfeuerte Holz vorher im Wachstumsprozess gebunden hat. Für die Wärmeerzeugung werden keine hochwertigen Hölzer, sondern Reststoffe aus der Holzverarbeitung verbrannt. Dem Wald schadet das nicht, in Deutschland wächst pro Jahr mehr Holz nach, als geschlagen wird. Damit das Gleichgewicht nicht kippt, können allerdings nicht alle Gebäude mit Pellets beheizt werden. Pelletheizungen sollten vor allem für Gebäude in Betracht gezogen werden, die nicht vollständig gedämmt werden können. In ihnen ist ein höheres Temperaturniveau für die Heizung erforderlich. Das macht beispielsweise den Einsatz einer strombetriebenen Wärmepumpen-Heizung ineffizient und daher nicht ratsam.

Neutrale Informationen gibt es auch kostenfrei am Beratungstelefon von Zukunft Altbau unter 08000 12 33 33 (Montag bis Freitag von 9 bis 13 Uhr) oder per E-Mail an beratungstelefon@zukunftaltbau.de.

Wer seine Heizung erneuern muss, hat oft die Qual der Wahl. Die Auswahl an neuen Modellen ist groß. Von neuen Öl- und Gasheizungen rät Frank Hettler von Zukunft Altbau ab. Sie nutzen fossile Brennstoffe und werden in den nächsten Jahren hohe CO₂-Kosten verursachen. Hauseigentümerinnen und Hauseigentümer können aber auf eine breite Palette anderer Heizungstechnologien zurückgreifen: Eine davon ist die Pelletheizung - neben Wärmepumpentechniken oder auch solarthermischen Anlagen und Scheitholzheizungen.

Kreislauf: Holz speichert CO₂ und gibt es wieder frei

Der größte Vorteil von Pelletheizungen - und Holzheizungen generell: Ihre CO₂-Bilanz ist gut. Bäume binden beim Wachsen durch die Photosynthese so viel Kohlendioxid aus der Atmosphäre, wie nachher durch den Verbrennungsvorgang wieder an die Atmosphäre abgegeben wird. Der Wald entnimmt der Luft für jeden Kubikmeter Holz rund eine Tonne CO₂. „Wird der Kubikmeter verbrannt, wird das CO₂ wieder freigesetzt“, sagt Gerhard Freier von der Ingenieurkammer Baden-Württemberg. „Dies ist auch der Fall, wenn das Holz im Wald verrottet.“ Erdöl, Erdgas oder Kohle dagegen geben beim Verbrennen zusätzliches CO₂ in den Kreislauf ab.

Für die Produktion von Pellets müssen keine Bäume gefällt werden. „Pellets für die Wärmeerzeugung stammen in der Regel aus Rückständen, die in Sägewerken anfallen, aus Holzreststoffen oder minderwertigem Sturm- und Käferholz“, erklärt Freier. „Sie eignen sich nicht für eine höherwertige Verwendung, etwa zur



Produktion von Möbeln oder Bauholz und würden ansonsten verrotten und damit ebenso das gebundene CO₂ freigegeben.“ Der Marktanteil von Pellets aus Vollholz, also Holz aus ganzen Stämmen, liegt bei weniger als fünf Prozent.

Das Holz zum Heizen wird getrocknet, zerkleinert und zu Pellets gepresst. Restholz in Form von Presslingen für die Wärmeversorgung ist auch ein wichtiger Wirtschaftsfaktor: Sie wandeln Kosten für Energieimporte in Form von Öl und Gas in regionale Wertschöpfung vor Ort um.

Holzpotenzial noch nicht ausgeschöpft

In Deutschland werden hauptsächlich heimische Pellets verfeuert. Pellets aus dem Ausland haben heute nur einen geringen Marktanteil. Die Sorge vor einem Schrumpfen der heimischen Waldfläche durch die aktuelle energetische Holznutzung ist unbegründet: Rund ein Drittel der Landfläche ist mit Wald bedeckt. Dieser Anteil wächst derzeit. Die Waldfläche hat zwischen 2016 und 2018 im Vergleich zum Zeitraum 2004 bis 2015 um sieben Prozent zugenommen. Zudem gut zu wissen: Für die Pelletproduktion wird vorzugsweise Holz verwendet, das durch Trockenheit und Dürre ohnehin geschädigt ist.

Mittlerweile sind rund 600.000 Pelletheizungen in Deutschland installiert, bis 2030 sind doppelt so viele möglich. Das Steigerungspotenzial liegt zu einem daran, dass neue Pelletheizungen effizienter arbeiten. Zudem wird der Energieverbrauch durch besser werdende Dämmungen und mildere Winter künftig zurückgehen. Auf dieser Basis ist eine Versorgung mit Holzpellets auch bei einem weiteren Zuwachs von Pelletheizungen für die nächsten Jahre und Jahrzehnte gesichert.

Aktuell produziert Deutschland deutlich mehr Pellets, als hierzulande verbrannt werden. Die rund 40 Hersteller erzeugten 2020 zusammen 3,1 Millionen Tonnen Pellets. Der Verbrauch lag deutschlandweit bei rund 2,3 Millionen Tonnen, 800.000 Tonnen gingen ins Ausland. Rund ein Viertel der in Deutschland hergestellten Pellets werden also mangels nationalen Absatzes exportiert. Der Marktanteil von Pellets aus dem Ausland liegt bei rund 13 Prozent, wie aktuelle Zahlen des Deutschen Pelletinstituts von Ende Oktober 2021 zeigen.

Wer ein Haus besitzt, sollte beim Kauf von Pellets auf den Blauen Engel achten, rät Frank Hettler. Das Gütesiegel schreibt vor, dass Holzpellets nur aus nachhaltiger Forstwirtschaft stammen dürfen sowie chemisch unbehandelt sein müssen, und gibt an, woher das Holz stammt.

Pelletheizungen

IHK-Veranstaltung:

Selbstständig im Nebenerwerb am 9. Februar 2022

Über die Vorteile von Nebenerwerbsgründungen und die Besonderheiten, die dabei zu beachten sind, informieren Experten des Starter-Centers der IHK Ulm am Mittwoch, den 9. Februar. Die Veranstaltung „Erfolgreiche Existenzgründung im Nebenerwerb“ findet von 16 bis 18:30 Uhr hybrid statt: Gründungsinteressierte können bei der Anmeldung zwischen einer Online-Teilnahme und einer Teilnahme vor Ort im Haus der Wirtschaft, Olgastraße 95-101, in Ulm wählen.

Mehr als die Hälfte aller Existenzgründungen beginnt nach Angaben der IHK in Teilzeit, bei den Gründerinnen sind es sogar zwei Drittel. Hauptgrund dafür ist die Unsicherheit, ob die Erträge aus der Selbstständigkeit ausreichen, um den Lebensunterhalt zu decken. Die Nebenerwerbsgründung bietet daher die Alternative, zunächst hauptberuflich in einer angestellten Tätigkeit mit einem gesicherten Einkommen zu bleiben. Auch wer Kinder und Haushalt versorgen muss, kann häufig kein Vollerwerbs-Unternehmen gründen, das einen Zwölf-Stunden-Tag erfordert.

Bei der Informationsveranstaltung erläutern die IHK-Gründungsberater, wie eine Nebenerwerbsgründung in der Praxis aussehen kann. Die Teilnahme kostet 25,00 Euro. Anmeldung und Information unter www.ulm.ihk24.de/nebenerwerb, telefonisch unter 0731 173-250 oder per E-Mail an startercenter@ulm.ihk.de

Verband Katholisches Landvolk

Online-Seminar „Hofübergabe - Hofauflösung“

Der Verband Katholisches Landvolk veranstaltet ein eintägiges Online-Seminar zum Thema: „**Hofübergabe - Hofauflösung**“. Das Seminar findet **online** mit Webex am **Samstag, 12.02.2022** von **9:00 - 17:00 Uhr** statt. Mittagspause ist von 12:30 - 13:30 Uhr. Experten geben Auskunft zu familiären, betriebswirtschaftlichen und steuerlichen, erbrechtlichen und juristischen Fragen. Es zeigt auf, wo die Hürden sind und auf was bei einer gelungenen Hofübergabe oder -auflösung geachtet werden muss.

Seminargebühr: 30,- € für Nicht-Mitglieder, 25,- € für VKL-Mitglieder
Anmeldung bis Donnerstag, 10. Februar 2022 mit E-Mail-Adresse bitte bei:

Verband Katholisches Landvolk, 70597 Stuttgart, Tel: 0711 9791 458-0, Email: vk@landvolk.de

Nach Eingang der Gebühr erhalten Sie den **Link** für das Seminar.
Programm

Samstag, 12. Februar 2022

ab 8:45 Uhr Technik-Check

09:00 Uhr „Familiäre und betriebswirtschaftliche Fragen“
Referent: Michael Wehinger, Landwirtschaftlicher Familienberater (Verband Katholisches Landvolk, Stuttgart)

kleine Pause

10:45 Uhr „Soziale Sicherung“
Sozialreferent: Maximilian Brandner, Landesbauernverband Stuttgart

12:30 Uhr *Mittagessen*

13:30 Uhr „Steuerfragen bei Hofübergabe und Hofauflösung“
Referent: Berndt Eckert, Steuerberater

kleine Pause

15:15 Uhr Einleitung: „Gerichtliche Betreuungsverfahren sowie General- und Vorsorgevollmacht und die Patientenverfügung“:

„Eheliches Güterrecht, Erbrecht und Eckpunkte eines Hofübergabevertrags“

Referent: Wolfgang Maier, Notar

17:00 Uhr Ende

Sana Kliniken Landkreis Biberach

Übergewicht und seine Folgeerkrankungen

Einladung zum monatlichen Adipositas-Infoabend

Adipositas ist eine chronische Erkrankung, die immer noch häufig unterschätzt und in Folge dessen nur unzureichend behandelt wird. Die Ursachen für ein starkes Übergewicht können dabei ganz unterschiedlicher Natur sein: Neben ungünstigen Ess- und Bewegungsgewohnheiten können auch der Stoffwechsel, die Einnahme bestimmter Medikamente sowie eine genetische Veranlagung Gründe für eine hohe Fettleibigkeit darstellen. Für ein nachhaltig gesünderes und leichteres Leben bietet das interdisziplinäre Adipositaszentrum seit Januar 2022 ein ganzheitliches Behandlungsprogramm an, in dessen Rahmen Patienten durch ein multiprofessionelles Team, bestehend aus Ärzten, Pflegefachkräften und Therapeuten intensiv beraten, behandelt und begleitet werden. Das multimodale Therapiekonzept besteht dabei aus den Säulen Bewegung, Ernährungs- und Verhaltenstherapie. Die chirurgische Behandlung stellt zudem eine Option für eine dauerhafte Gewichtsreduktion dar. Der Therapie- und Behandlungsplan wird dabei immer individuell und in enger Abstimmung mit dem Patienten erstellt. Das Team des Adipositaszentrums um Zentrumsleiter Dr. Thomas Schmidt lädt am Donnerstag, den 10. Februar 2022 ab 19 Uhr alle Interessierten zum nächsten - monatlich stattfindenden - Infoabend ein. Dabei werden unter anderem das multimodale Therapiekonzept sowie die operativen Behandlungsmethoden vorgestellt. Pandemiebedingt findet die Veranstaltung online via MS Teams statt. Interessierte können sich bis zum 9. Februar unter slb-fortbildung@sana.de anmelden und erhalten dann per E-Mail die Zugangsdaten. Selbstverständlich besteht auch hier für die Teilnehmer die Möglichkeit, sich mit Fragen direkt an die Ex-



perten zu wenden. Weiterführende Informationen zum Zentrum sowie den Kooperationspartnern finden Sie online unter www.sana.de/biberach.

Familien-Bildungsstätte der evangelischen Gesamtkirchengemeinde Biberach

Online-Vortrag bei der Familien-Bildungsstätte

„Regeln setzen und Halt geben“

Zum Thema „Regeln setzen und Halt geben“ findet der Online-Vortrag mit Friederike Höhndorf, Individualpsychologische Beraterin und Ermutigungstrainerin am Mittwoch, 9. Februar um 19.30 Uhr statt.

Information und Anmeldung unter Tel: 07351/7 56 88 oder info@fbs-biberach.de

Anmeldung erforderlich!

Blinden- und Sehbehindertenverband Württemberg e.V.

Einladung zur Vortragsreihe „Leben mit Sehbehinderung“

Der Blinden- und Sehbehindertenverband Württemberg e. V. (BSV-W) lädt zu einer Veranstaltungsreihe unter dem Motto „Leben mit Sehbehinderung“ in digitalem Format (Zoom) oder per Telefon, ein. Nachlassende Sehkraft tritt oft unerwartet ein und stellt die Betroffenen, aber auch die Angehörigen und Freunde vor große Fragen und Herausforderungen. Mit der Vortragsreihe möchten wir dem genannten Personenkreis Informationen geben, wie ein selbstständiges und selbstbestimmtes **Leben trotz Sehbehinderung möglich ist**.

Termine:

9. Februar 2022: „Alltagshilfsmittel“ mit dem Landeshilfsmittelzentrum, Dresden und „barrierefreie Elektrogeräte“ mit der Fa. Feelware

9. März 2022: Blickpunkt-Auge - Rat und Hilfe bei Sehverlust
Zeit: jeweils 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr.

Bitte melden Sie sich in unserer Verbandsgeschäftsstelle unter der Telefonnummer 0711-21060-0 oder per E-Mail vgs@bsv-wuerttemberg.de, an. Sie erhalten dann zeitnah den Link zur Zoomkonferenz.

Wenn Sie per Telefon an den Veranstaltungen teilnehmen möchten wählen Sie am entsprechenden Termin:

00496950500952, Sitzungs-ID: 87596410707# Deutschland
00496950502596, Sitzungs-ID: 87596410707# Deutschland

Wir freuen uns über zahlreiche Teilnahme.

AOK Ulm-Biberach

Sport im Winter

Warum Training in der Kälte gut tut

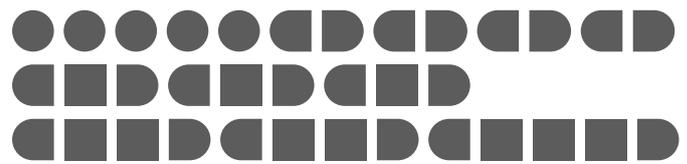
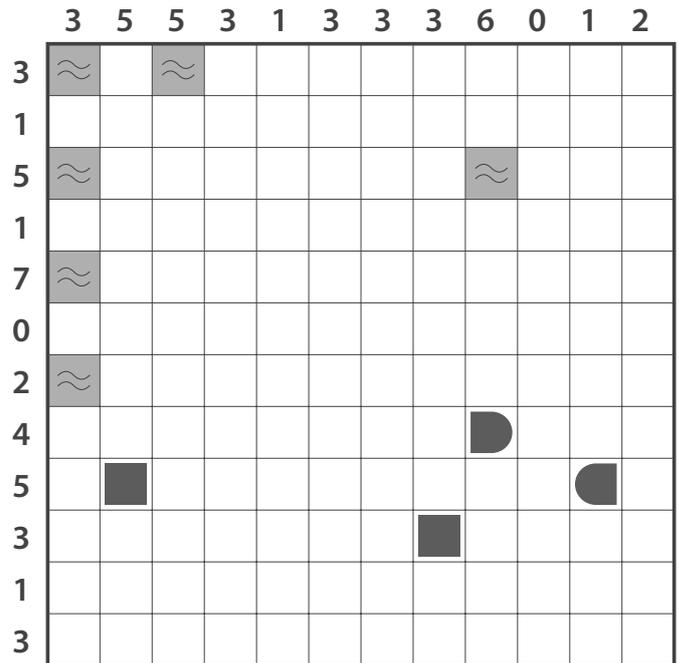
Sport tut gut. Aber gerade im Winter fällt es manchmal besonders schwer, sich aufzuraffen und den inneren Schweinehund zu überwinden. Draußen ist es dunkel, kalt und ungemütlich. Da lässt es sich auf dem Sofa gut aushalten. Aber Bewegung ist nicht nur bei schönem Wetter wichtig, sondern auch jetzt im Winter: Die kalte Luft kurbelt den Kreislauf an, senkt den Blutdruck und stärkt das Immunsystem. Außerdem befeuchtet sie die Schleimhäute und schützt sie so vor Erregern. Ein toller Nebeneffekt: Beim Wintersport wird Stress abgebaut - und auch die Laune steigt.

Es lohnt sich, die trockene Heizungsluft gegen eine frische Winterbrise auszutauschen. Wenn der typische Winterblues auf das Gemüt drückt, tut Sport an der frischen Luft sowieso gut. „In den Wintermonaten wird das Immunsystem nicht etwa durch Kälte, sondern durch lange Aufenthalte in stickiger und überheizter Luft stark belastet“, erklärt Nicole Braun, Diplom-Sportwissenschaftlerin bei der AOK Ulm-Biberach. „Bewegung im Freien plus die Temperaturunterschiede zwischen drinnen und draußen regen die Immunabwehr an. Das Tageslicht kurbelt zudem die Vitamin-D-Bildung an und stärkt die Abwehrkräfte.“

Wer längere Zeit inaktiv war, sollte sich zunächst nicht allzu ambitionierte Ziele setzen. So lässt sich Frust vermeiden und sowohl das Herz-Kreislauf-System als auch Muskeln, Sehnen und Bänder

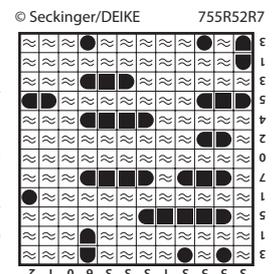
können sich langsam an die neue Belastung gewöhnen. „Wärmen Sie sich vor dem Sport unbedingt einige Minuten auf. Muskeln und Sehnen sind bei Kälte sehr verletzungsanfällig“, sagt Nicole Braun. „Bei Minusgraden am besten durch die Nase atmen, damit nur vorgewärmte und feuchte Luft die Atemwege erreicht. Zu kalte Luft kann die Atemwege entzünden oder Erkältungen begünstigen. Sollten die Temperaturen einmal auf minus zehn Grad oder noch tiefer fallen, dann ist es besser, ein Indoor-Training einzuplanen.“ Bei Fieber und Infekten sollte komplett auf das Training verzichtet werden, um keine Herzmuskelentzündung zu riskieren. „Damit man nicht zu sehr friert, aber auch nicht zu stark schwitzt, sollte man sich nach dem Zwiebelprinzip kleiden“, so die Ausdauersportlerin. „Am besten eignen sich mehrere Schichten aus Funktionsunterwäsche und atmungsaktiver, wind- und wasserdichter Funktionskleidung, die man nach Bedarf ablegen kann“. Mützen oder Stirnbänder sind wichtig, um über den Kopf nicht zu viel Wärme zu verlieren. Handschuhe und warme Socken schützen die Gliedmaßen. Auch auf Laufschuhe mit gutem Profil sollte man achten. Bei Dämmerung sind reflektierende Elemente auf der Kleidung oder eine neonfarbene Weste sinnvoll.

„Damit aus einem neuen Verhalten eine Gewohnheit werden kann, muss man einige Wochen durchhalten.“ Die Sportwissenschaftlerin empfiehlt deshalb, sich gerade für den Neuanfang Verbündete zu suchen, sich also zum Beispiel mit Freunden zu verabreden, die ebenfalls in Bewegung kommen wollen. Hilfreich ist es auch, vorausgesetzt die Corona-Situation lässt es zu, sich einer Laufgruppe im Sportverein anzuschließen, die zu festen Zeiten trainiert. In den AOK-Gesundheitsangeboten finden sich zahlreiche Bewegungskurse unter qualifizierter Anleitung. Infos und Anmeldung unter aok.de/bw/gesundheitsangebote.



Schiffe versenken

Die unter dem Rätsel gezeigten Schiffe sind aufzuspüren. Alle Schiffe liegen senkrecht oder waagrecht im Wasser. Kein Schiff berührt ein anderes, auch nicht diagonal. Die Zahlen am Rand bezeichnen die Anzahl der Schiffsteile pro Spalte oder Zeile.





Von guten Mächten wunderbar geborgen,
erwarten wir getrost, was kommen mag.
Gott ist mit uns am Abend und am Morgen
und ganz gewiss an jedem neuen Tag.

Dietrich Bonhoeffer



Antonie „Toni“ Jerg

geb. Wekenmann

* 16.10.1934 † 28.01.2022

In liebevoller und dankbarer Erinnerung nehmen wir Abschied:

Sabine Mazzone (geb. Jerg) und Giuseppe Mazzone mit Marco Karin Jerg und Christoph Merz

Dr. med. dent. Annika Jerg und Christian Klugow sowie deine Brüder und alle Anverwandten.

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung findet am Montag, den 07.02.2022 um 13 Uhr 30 in der Katholischen Kirche St. Peter und Paul in Weil am Rhein statt.
Traueradresse: Karin Jerg · Im Wolfacker 17 · 79210 Staufen

MIETANGEBOTE

Schöne sonnige 2,5-Zi-EL-Whg. 55 m² ab Februar zu vermieten, WM 490,- €. ktd.pachur@onlinehome.de

GESCHÄFTSANZEIGEN

Tore direkt vom Hersteller

Rolltore, Sektionaltore, Kipptore, Industrietore



Kipptorstraße 1-3
88630 Pfullendorf
Tel. 07552 2602-0
info@pfullendorfer.de

www.pfullendorfer.de



HUCHLER
GMBH & Co. KG
BAUUNTERNEHMEN

Ausführung:

■ Rohbau- und Umbauarbeiten

■ Altbausanierungen

Bahnhofstraße 10

88447 Warthausen

Telefon 0 73 51 / 99 68

Fax 0 73 51 / 1 79 22

www.huchler-bau.de

E-Mail: info@huchler-bau.de

GESUNDHEIT



- ☺ Persönliche Betreuung
- ☺ Vielfältige Aktivitäten
- ☺ Familiäre Atmosphäre

„Es ist die Gesundheit, die der wahre Reichtum ist, nicht Gold- oder Silberstücke.“

Mahatma Gandhi

Tagestreff in Birkenhard

Haldenweg 7
88447 Birkenhard
Tel. 0 73 51 / 2 99 87 81

Tagestreff in Hochdorf

Hauptstraße 33
88454 Hochdorf
Tel. 0 73 51 / 2 99 87 81

Tagestreff in Schemmerhofen

Industriestraße 23
88433 Schemmerhofen
Tel. 0 73 56 / 950 960 0

Weitere Informationen zu unserer Tagespflege erhalten Sie unter ☺ www.tagestreff.de

STELLENANGEBOTE

Lebenserfahrene Persönlichkeit als Studienbegleiterin (m/w/d)
im Raum **Biberach / Warthausen**
in Teilzeitanstellung für rollstuhlgebundene Studentin ab sofort gesucht.

Malteser Hilfsdienst gGmbH
Tel. 07531 / 8104-61
www.malteser-bodensee.de
info.bodensee@malteser.org



Malteser
...weil Nähe zählt.

**BFD, FSJ
oder
PRAKTIKUM?**

WIR brauchen DICH!

Komm zu uns ins TEAM!

SCHULE IM RISSTAL
Mühlweg 15 - Biberach

GRUNDSCHULE BURGIEDEN
Hauptstraße 44 - Burgrieden
Andreas Baur
a.baur@kbzo.de
07351 3020711

KINDERHAUS MULLEWAPP
Wilhelm-Leger-Str. 7 - Biberach

KINDERGARTEN BURGIEDEN
Laupheimer Str. 20 - Burgrieden

SCHULKINDERGARTEN
Leutkircher Str. 30 - Erolzheim
Claudia Keller
c.keller@kbzo.de
07351 24666

www.kbzo.de

IC Stiftung KBZO 50 Jahre 1968 - 2018