



Mitteilungsblatt der Gemeinde

DURCHHAUSEN

Die Perle im Schönbachtal

50

Abfalltermine

Donnerstag, 12.12.: Biomüll

Donnerstag, 19.12.:

Papiertonne, Windeltonne

Samstag, 21.12.(!):

Wertstofftonne

Bitte stellen Sie die Mülltonnen
morgens ab 6:00 Uhr bereit.

Reklamationen zur Leerung
der Restmüll-, Biomüll- und Pa-
piertonnen an: ALBA, Tel. 07403
92940, zur Wertstofftonne an
REMONDIS: Tel. 0800 122 32 55
(kostenfreie Servicenummer).

Terminübersicht

12.12.: Gesangverein – Advents-
Kaffee im Proberaum
des Vereinshauses

15.12.: Christbaumsingen am
Rathaus

Öffnungszeiten Rathaus über Weihnachten/ Neujahr

Aufgrund der Bundestagswahl-
en am 23.02.2025 sind wir
über Weihnachten und Neu-
jahr zu den üblichen Öffnungs-
zeiten für Sie da. Das Rathaus
ist also am 23.12., 27.12. und
30.12.2024, sowie am 02. und
03.01.2025 zu den gewohnten
Öffnungszeiten geöffnet.

Gemeindekasse – Was- serzins/Abwassergebüh- ren fällig am 15.12.2024

Die 4. Abschlagszahlung Was-
serzins / Abwassergebühren ist
am 15.12.2024 zur Zahlung an
die Gemeindekasse fällig. Bitte
geben Sie das Kassenzeichen
bei der Überweisung an.



Christbaumsingen Foto: Yvonne Ganter

Christbaumsingen am 3. Adventssonntag

Das Christbaumsingen ist eine wunderbare Tradition, die besonders in der Weihnachtszeit Freude und Gemeinschaft bringt. Wenn der Schnee leise fällt und die Kinder mit leuchtenden Augen singen, entsteht eine ganz besondere Atmosphäre der Weihnachtsfreude. Der Besuch des Weihnachtsmanns sorgt für strahlende Gesichter und unvergessliche Momente.

Wir laden euch herzlich ein: Kommt und seid dabei! Eure Unterstützung durch eure Anwesenheit ist von großer Bedeutung, um diese Tradition auch in Zukunft lebendig zu halten. Lasst uns gemeinsam die Magie der Weihnacht erleben!

Beginn ist um 17 Uhr und der Weihnachtsmann hat seinen Besuch gegen 18 Uhr angekündigt ...





NOTDIENSTE UND WICHTIGE TELEFONNUMMERN

Öffnungszeiten Rathaus Durchhausen

Mo., Di., Do., Fr.:	8:30 – 11:00 Uhr
Donnerstag:	16:00 – 18:00 Uhr
Mittwoch:	geschlossen

Telefonnummern

Simon Axt, Bürgermeister simon.axt@durchhausen.de	Tel. 07464/9862-0
Carola Grimm, Vorzimmer carola.grimm@durchhausen.de	Tel. 07464/9862-0
Heike Burkard, Hauptamtsleiterin heike.burkard@durchhausen.de	Tel. 07464/9862-14
Susan Schweizer, Hauptamt susan.schweizer@durchhausen.de	Tel. 07464/9862-16
Alice Wiens, Bürgerservice alice.wiens@durchhausen.de	Tel. 07464/9862-11
Bürgermeisteramt	Fax 07464/9862-26
Kindergarten Regenbogen	Tel. 07464/3151
Johann Mildenberger, Bauhofleiter	Tel. 01727670299
Freiwillige Feuerwehr – Magazin	Tel. 07464/37879
Harald Rutha, Revierleiter	Tel. 07464/52 99 530 (neu)
Gemeindehalle	Tel. 07464/978592
Kath. Pfarramt, Trossingen	Tel. 07425/95280
Evang. Pfarramt, Hausen o. V.	Tel. 07424/2132
Frauenhaus Tuttlingen	Tel. 07461/2066
Sparkasse Bargeldbestellung	Tel. 07461/7003931
Volksbank Bargeldbestellung	Tel. 07425/22535
Stadtwerke Trossingen	Tel. 07425/329444
Notruf Wasser	
Störungsnummer EnBW	Tel. 0800 3629 477
Bereitschaft Tyczka Totalgaz	Tel. 0800 25 66 611
Schornsteinfegerin Janina Schumann	Tel. 015253409005

Nachbarschaftshilfeverein „Wir für Sie“

Geschäftsstelle im Mehrzweckraum der Gemeindehalle
Einsatzleitung: Tina Streicher
Sprechzeiten: Nach telefonischer Terminvereinbarung unter
07464 / 529 32 54, Mobil: 0159 / 026 915 53

Notdienste

Notruf Rettungsdienst: 112

Die Notfallpraxis am Klinikum Landkreis Tuttlingen, Zeppelinstraße, 21, ist Montag, Dienstag und Donnerstag von 19 – 21 Uhr, Mittwoch und Freitag von 18 – 21 Uhr und samstags sowie an Sonn- u. Feiertagen von 10 – 18 Uhr unter der Tel.-Nr.: 116 117 zu erreichen. Sie können auch ohne vorherige Anmeldung direkt in die Notfallpraxis kommen.

Kinderärztliche Notfallpraxis

am Schwarzwald-Baar-Klinikum in VS-Schwenningen
Tel.-Nr.: 116 117

Zahnärztliche Notfalldienst

Tel.-Nr.: 116 117

HNO-Notfallpraxis

am Schwarzwald-Baar-Klinikum, VS
Tel.-Nr.: 116 117

Augenärztliche Notfalldienst

Tel.-Nr.: 116 117

docdirekt

Montag bis Freitag 09.00 – 19.00 Uhr (docdirekt.de)
Tel.-Nr.: 0711/96 58 97 00

Apotheken-Notdienste

14.12.2024:

Apotheke Frittlingen
Tel.: 07426/33 22

15.12.2024:

Heldmann's Apotheke im City-Rondell, VS-Schwenningen
Tel.: 07720/3 20 58

Honberg-Apotheke, Tuttlingen

Tel.: 07461/96 61 50

Diese Angaben sind ohne Gewähr.

Tagesaktuelle Notdiensthinweise erhalten Sie unter der Rubrik „Notdienst-Suche“ auf der Seite der Landesapothekerkammer Baden-Württemberg: <http://lak-bw.notdienst-portal.de> oder kostenfrei aus dem Festnetz: 0800 0022833.

Termine

Donnerstag, 12.12.	14:30 Uhr	Gesangverein „Harmonie“	Advents-Kaffee/offenes Singen bei Kaffee und Kuchen im Vereinsraum
Sonntag, 15.12.	17:00 Uhr	Vereine	Christbaumsingen am Rathaus
Montag, 30.12.	19:00 Uhr	Sportverein	Binokelturnier im Sportheim
Dienstag, 31.12.	13:00 Uhr	Albverein	Barschen in der AV-Hütte
Dienstag, 31.12.	13:00 Uhr	Sportverein	Barschen im Sportheim
Sonntag, 05.01.2025	u. Montag, 06.01.2025	Kath. Kirche	Sternsingeraktion 2025
Montag, 06.01.2025	13:00 Uhr	Narrenzunft	Häs abstauben in der Zunftstube

Amtliche Bekanntmachungen

Mitteilungen der Verwaltung

Fundsache

Bei der Bushaltestelle im Bereich Dorfstraße 65 ist ein Toyota-Autoschlüssel mit Anhänger (ungarische Schrift eingraviert) gefunden worden. Der Besitzer kann den Schlüssel im Rathaus abholen.

Berichtigung zur Öffentlichen Bekanntmachung der Friedhofssatzung

Wir verweisen auf die Öffentliche Bekanntmachung der Friedhofssatzung im Mitteilungsblatt KW 43, vom 24. Oktober 2024 und müssen folgende Daten korrigieren. Das Ausfertigungsdatum ist richtigerweise der **16.10.2024** (Datum der Gemeinderatssitzung), somit ist auch das Datum der Überschrift auf Blatt 1 korrekterweise „Friedhofssatzung und Gebührenverzeichnis vom **16.10.2024**“.

Bekanntmachungen anderer Behörden

Forstbetriebsgemeinschaft Landkreis Tuttlingen



Das Kreisforstamt informiert: Kleinmengenregelungen beim Holzverkauf

Die Waldbesitzer werden darauf hingewiesen, dass es bei der Vermarktung von Klein- und Kleinstmengen mittlerweile drastische Abzüge gibt. Die Käufer aus der Holzindustrie fordern bei Kleinlosen Abschläge und begründen dies mit teurer Logistik und erheblichem Aufwand in der Buchführung. Die Kleinmengenregelungen sind nicht einheitlich, sie beginnen bei einzelnen Kunden bereits bei weniger als einer Lkw-Ladung (28 fm Nadelholz) und sind bei den meisten Kunden bei Mengen unter 15 fm normal. Abgestuft werden Kleinstmengen darunter mit pauschalen Abzügen von bis zu 50 € je Los berechnet. Auch das Aufteilen von ohnehin kleinen Losen auf Kleinstpoltern führt zu Abschlägen. Manche Kunden lehnen Kleinstlose oder Lose mit Kleinstpoltern unter 5 fm in Alleinlage generell ab. Das betrifft vor allem die Nebensortimente Kilben (D-Holz) und K-Holz. Diese Kleinstlose sind bei Zusammenlagerung (Kranreichweite von 8 m zu anderen Poltern gleicher Sorte) zwar vermarktbar, der Abschlag bleibt aber. Weitere Informationen erhalten Privatwaldeigentümer auf der Homepage der FBG Landkreis Tuttlingen (www.fbg-landkreis-tuttlingen.de)

IMPRESSUM

Herausgeber:

Gemeinde Durchhausen

Druck und Verlag:

Nussbaum Medien
Weil der Stadt GmbH & Co. KG,
Opelstraße 29,
68789 St. Leon-Rot,
www.nussbaum-medien.de

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

Bürgermeister Simon Axt,
Dorfstraße 51, 78591 Durchhausen
oder sein Vertreter im Amt.

Verantwortlich für „Was sonst noch interessiert“ und den Anzeigenteil:

Klaus Nussbaum, Opelstraße 29,
68789 St. Leon-Rot

INFORMATIONEN

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

Fragen zum Abonnement:

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

Kirchliche Nachrichten

Kath. Seelsorgeeinheit Trossingen



Kirchliche Mitteilungen KW 51

Samstag, 14.12.

Gunningen 18:30 Eucharistiefeier

Sonntag, 15.12. - 3. Adventssonntag

Durchhausen 09:00 Eucharistiefeier
mit Taufe von Jakob Grimm

Trossingen 10:30 Eucharistiefeier mit Cäcilienfeier
des Theresienchors

Trossingen 10:30 Kindergottesdienst im Gemein-
dehaus

Trossingen 12:00 Taufe von Ilenia Annicciarico

Dienstag, 17.12.

Gunningen 06:00 Rorate-Gottesdienst,
anschl. Frühstück im Pfarrhaus

Donnerstag, 19.12.

Durchhausen 18:30 Adventlicher besinnlicher Buß-
gottesdienst für die Seelsorge-
einheit

Freitag, 20.12.

Trossingen 07:30 Schüler-Gottesdienst Gymnasium

Trossingen 09:00 Eucharistiefeier

Trossingen 10:00 Beichtgelegenheit für die Seel-
sorgeeinheit

Samstag, 21.12.

Durchhausen 18:30 Eucharistiefeier

Sonntag, 22.12. - 4. Adventssonntag -

Gunningen 09:00 Eucharistiefeier

Trossingen 10:30 Eucharistiefeier

Trossingen 10:30 Kindergottesdienst im Gemein-
dehaus

Kirchenkonzert Männergesangverein Gunningen

Am **Sonntag, 15.12.2024** lädt der Männergesangverein Liederkränz Gunningen um **19.00 Uhr** zu einem Adventskonzert in die Kirche St. Georg in Gunningen ein. Unter der Leitung von Sarah Puttkammer präsentiert der Chor ein vielfältiges Programm von weltlichen Stücken bis hin zu vorweihnachtlichen Liedern. Mitgestaltet wird das Konzert vom **Mädchenchor Rottweil**. Der Eintritt ist frei, doch über eine Spende zur Unterstützung unserer musikalischen Arbeit freuen wir uns.
S. Puttkammer

Anmeldung zur Firmung 2025

Am Sonntag, 25. Mai 2025, um 9.30 Uhr findet die Feier der Firmung mit Pfarrer Thomas Schmollinger in Trossingen statt. Zur Firmung 2025 sind alle katholischen Jugendlichen, die derzeit die Klasse 9 besuchen eingeladen. Persönliche Anschreiben werden dieser Tage verteilt. Falls jemand aus der 9. Klasse bis 14. Dezember 2024 kein Anschreiben erhält, kann sie oder er sich beim Kath. Pfarrbüro Trossingen, Tel. 07425 9528-0 melden und erhält die Unterlagen.

Termine für die Anmeldegespräche sind am 13., 16. oder 22. Januar 2025 zwischen 17.00 Uhr und 19.30 Uhr. Eine Anmeldung ist unter der obigen Telefon-Nr. erforderlich.

J. Wunderlich
Firm-Team

Ökumenischer Kleider- und Tafelladen - Wir machen Weihnachtsferien

Vom 20.12.2024 bis 07.01.2025 ist der Ökumenische Kleider- und Tafelladen Trossingen geschlossen.

Wir bitten um Beachtung.

MINIS DURCH UND DURCH DURCHHAUSEN AKTUELL - DANK - ABSCHIED UND AUFNAHME



Der Neuaufgenommene Ministrant Fabian Mink

Am ersten Adventsgottesdienst erlebten die Gottesdienstbesucher neben einem wunderbaren Festgottesdienst, mitgestaltet von dem Rottweiler Mädchenchor, unter Anleitung von Herrn Andreas Puttkammer und dem Predigtspiel „der Kinder vorbereitet und angeleitet von Andrea Utz in der voll besetzten Kirche auch den Aufnahmeritus von Fabian Mink: „Bist du bereit, Ministrant in der Gemeinde Zu den Hl. Engeln in Durchhausen zu werden?“ lautete die Frage von Pfarrer Schmollinger an Fabian. „Ja

ich bin bereit!“ war die Antwort von Fabian und mit einem Handschlag, einer Aufnahmeurkunde und einem Willkommensgeschenk durfte sich Fabian freuen, ab diesem Zeitpunkt auch das Ministrantenkreuz und den Minis-Ausweis zu tragen. Mit viel Beifall applaudierte die Gottesdienstgemeinde. Am Ende des Gottesdienstes wurden auch Ministranten und Ministrantinnen geehrt und verabschiedet. Für 5 Jahre Ministrantendienst wurden Ida Schrenk und Philipp Schlecht mit Urkunde - überreicht vom Gewählten Vorsitzenden des Kirchengemeinderats Johannes Ungermann - und einem Gutscheingeschenk geehrt, Clara Häring war 6 Jahre Ministrantin und ihre Schwester Marie 9 Jahre dabei. Pfarrer Schmollinger lobte die gemeinsame Romfahrt der Minis, als Höhepunkt in der Ministrantenzeit, aber auch die vielen Ausflüge und Unternehmungen, welche die Gemeinschaft fördern. Stefan Bury hält den Rekord in Durchhausen und wird am 2. Advent für 16 Jahre Dienst als Ministrant und viele Jahre als leitender Oberministrant mit Urkunde, Buchgeschenk und Gutschein geehrt. Pfarrer Schmollinger warb auch für neue Ministrantinnen und Ministranten, auch wenn es einige Jahre nach der Erstkommunion ist. Es ist nie zu spät die Schar der Ministrantinnen und Ministranten zu bereichern.

2025 sind bereits ein großer Ausflug mit Freizeit und Aufenthalt in Konstanz mit Übernachtung in der legendären und urigen Jugendherberge im Otto-Moericke-Turm auf der Allmannshöhe geplant. „Die „Engel-Minis“ von Durchhausen sind einfach spitze!“ In Durchhausen bietet zudem auch das Dreamteam Andrea Utz, Bettina Schrenk und Gertrud Schlecht spontane Aktivitäten, Spiele, Ausflüge, Treffen für die Minis und weitere interessierte Kinder an. Die Minis sind vernetzt in der Oberminis-Runde der Seelsorgeeinheit. Etwa einmal im Monat sind alle eingeladen zum „Minis-Spiele-Spaß-Treff“ in den Jugendräumen im Gemeindehaus in Trossingen zum Kickerspielen, mal einen Film anschauen, miteinander frühstücken, Brunchen, Kochen, Backen, u.v.a.m. Schön, dass es Euch MINIS in Durchhausen gibt! Habt weiterhin viel Spaß und Freude!

Wer mal hineinschnuppern möchte, darf jederzeit sich bei

Mesnerin Erika melden oder bei Pfarrer Schmollinger und schon mal „probe-ministrieren!“ T.S.



Die Geehrten: Ida, Philipp, Marie, Clara (nicht auf dem Bild Stefan)
Fotos: Minis Dhs

Katholisches Pfarramt St. Theresia, Theresienplatz 1, 78647 Trossingen

SanktTheresia.Trossingen@drs.de
www.st-theresia-trossingen.de Tel. 07425-9528-0

Öffnungszeiten Pfarrbüro:

**Mi. u. Do. von 09 bis 12 Uhr und
Do. von 14.30 bis 17 Uhr**

Sprechzeiten Pfarrer Schmollinger: donnerstags, 11.00 - 12.00 Uhr

Pfarrer Thomas Schmollinger, Mobil 01520-6724363

Thomas.Schmollinger@drs.de

Mitteilungen an Pastoralreferent Kurt Diehm
bis auf Weiteres ans Pfarrbüro

Pastorale Mitarbeiterin Ines Rabus, Tel. 07425-952814
oder 5377, Ines.Rabus@drs.de

Mesnerin Durchhausen, Erika Kraus, Tel. 0176-23961603
gew. Vors. KGR Durchhausen, Johannes Ungermann,
Tel. 07464/9898530

Evangelische Kirchengemeinde Hausen ob Verena

Kontaktdaten

Evangelische Kirchengemeinde Hausen o.V.

Vertretung im Pfarramt

Pfr. Armin Leibold

Rathausplatz 1

78604 Rietheim

Telefon: 07424/2548

E-Mail: Armin.Leibold@elkw.de

Gemeindeleben

Donnerstag, 12. Dezember 2024

18.00 Uhr Jungschar im Gemeindesaal in Hausen ob Verena

Samstag, 14. Dezember 2024

9.30 Uhr Krippenspielprobe im Gemeindesaal unter der Lukaskapelle

3. Advent

Wochenspruch:

*Bereitet dem HERRN den Weg; denn siehe,
der HERR kommt gewaltig.*

Jesaja 40, 3. 10

Sonntag, 15. Dezember 2024

9.00 Uhr Gottesdienst mit der Musikkameradschaft Hausen ob Verena

in der Stephanuskirche in Hausen ob Verena

Pfrin. Stromberg

17.30 Uhr Adventliches Kirchenkonzert
der Musikkameradschaft Hausen ob Verena
in der Stephanuskirche in Hausen ob Verena

Mittwoch, 18. Dezember 2024

15.15 Uhr Konfi-Kurs im Gemeindesaal in Hausen
 19.30 Uhr öffentliche Kirchengemeinderatssitzung
 im Gemeindesaal in Seitingen

Donnerstag, 19. Dezember 2024

18.00 Uhr Jungschar im Gemeindesaal in Hausen ob Verena

Vertretung in der Vakatur

Das Gemeindebüro ist mittwochs von 8 bis 11 Uhr besetzt,
 Tel.: 07424 2132.

E-Mail: Pfarramt.Hausen-ob-Verena@elkw.de

Die Vakaturvertretung hat Pfarrer Leibold aus Rietheim,
 Tel.: 07424 2548.

E-Mail: Armin.Leibold@elkw.de

Ihr Kirchengemeinderat

1. Vorsitzender

Christoph Glaser

Vereinsmitteilungen**Nachbarschaftshilfe
"Wir für Sie" e.V.**

Berühren und bewegen leichter gemacht

Nachbarschaftshilfe

lädt zur Fortbildungsreihe ein!

In Kooperation mit der Kinaesthetics BiP Freiburg bietet Wir für Sie e. V. einen Grundkurs für pflegende Angehörige und ehrenamtlich Tätige an.

Sobald die Mobilität von einem Menschen, egal ob jung oder alt, nachlässt und man bei Alltäglichem unterstützen muss, wird dies für deren Umfeld zu einer körperlichen Herausforderung.

Im Kurs lernen Sie, Menschen angenehm und schonend zu berühren und Ihre körperliche Belastung hierbei zu reduzieren. Noch vorhandene Fähigkeiten der unterstützungsbedürftigen Person gleichzeitig effektiv mit einzubeziehen und im Rahmen der Möglichkeiten zu fördern. Für die tägliche Pflege bringt dies eine große Erleichterung, denn es hilft der pflegenden Person gesund zu bleiben.

Wir lernen aktiv und nehmen hierbei verschiedene Rollen ein: Die des Pflegenden und die des zu Pflegenden. Anhand von Beispielen, wie dem Aufstehen vom Stuhl oder vom Bett, Umlagerung vom Bett in den Rollstuhl oder das richtige Positionieren im Bett, wird uns wichtiges Basiswissen für den künftigen Alltag an die Hand gegeben.

„Kinaesthetics in der Pflege“ wurde als Fortbildung bis vor einigen Jahren ausschließlich professionellen Pflegekräften angeboten.

Umso erfreulicher ist es, dass mittlerweile auch pflegende Angehörige die Möglichkeit haben, Zugang zu einem solchen Kurs zu haben.

Das Weiterbildungsangebot findet an folgenden Terminen, immer von 9 bis 16 Uhr, statt:

22.02.2025, 15.03.2025, 29.03.2025

Jeweils mit Mittagspause ca. 45 Minuten, Kaffeepause morgens ca. 15 Minuten und mittags ca. 15 Minuten. Wir treffen uns hierfür im Gemeindezentrum Seitingen-Oberflacht.

Eine Teilnahme an allen Terminen ist wichtig, da die Einheiten aufeinander aufbauen. Die Kosten für die gesamte Fortbildungsreihe betragen pro teilnehmende Person 25 Euro.

Wir möchten mit diesem Kurs eine Hilfestellung bieten: Für einen respektvollen Umgang mit sich selbst und mit der zu betreuenden Person, um welche Sie sich kümmern. Meldden Sie sich an, wir freuen uns auf die Teilnahme!

Anmeldung per Telefon oder Mail bis 20.01.2025: Monika Fuchs (Mobil: 0157 760 456 49) oder Mail: verwaltung@wir-fuer-sie.net

Wir kaufen für Sie ein

Nachbarschaftshilfeverein bietet ab sofort einen Lieferservice für Lebensmittel und Einkaufsfahrten an.

Sie teilen uns Ihren Einkaufswunsch mit, wir bringen Ihnen den Einkauf nach Hause.

Teilen Sie unserer Einsatzleiterin/Fahrdienst Monika Fuchs Ihren Wunscheinkauf mit und er wird Ihnen, nach Absprache, geliefert.

Ein weiteres, neues Angebot stellt unsere Einkaufsfahrten nach Trossingen dar. Sie werden zu Hause von unserem Fahrdienst abgeholt, können in Ruhe einkaufen gehen und werden anschließend wieder nach Hause gefahren.

Ihnen wird beim Entladen der Lebensmittel selbstverständlich geholfen. Die Kosten für den Fahrdienst werden unter allen mitfahrenden Teilnehmern aufgeteilt.

Die Fahrten finden immer montags und donnerstags statt. Abfahrt 9.30 Uhr; die Anmeldung für die Fahrten nimmt Monika Fuchs, Tel.: 0157 7604 56 49, entgegen.

Für die Fahrten am Montag ist der Anmeldeschluss am Samstag bis 12.00 Uhr;

für die Fahrten am Donnerstag ist der Anmeldeschluss am Mittwoch, 12.00 Uhr.

Schwäbischer Albverein OG Durchhausen**Endspurt bis zum Jahresende**

Einige Termine stehen noch bei uns an, auf welche wir euch an dieser Stelle hinweisen möchten:

Sonntag, 29. Dezember => Silvesterwanderung

Um 10 Uhr treffen wir uns am Dorfbrunnen und machen eine ca. 2-stündige Wanderung. Um 12 Uhr sind wir im Sportheim zum Essen angemeldet. Zur besseren Planung ist eine **Anmeldung zum Essen** bitte erforderlich.

WICHTIG: ein Mitwandern ist nicht Voraussetzung für das Beisammensein am Mittagessen - **bitte einfach anmelden** bei Willi Feger, Tel. 2506 oder Yvonne Ganter, Tel. 981647 oder Instagram albverein_durchhausen

Dienstag, 31. Dezember => Barschen

Um 13 Uhr möchten wir mit dem Barschen um die Neujahrsbrezeln beginnen. In kleinen Gruppen werden die Neujahrsbrezeln unter den Spielern ausgespielt. Auch in diesem Jahr krönen wir den „Brezel-König“. Für das leibliche Wohl ist mit einer Kleinigkeit gesorgt.

Donnerstagsöffnung im Januar:

Am 2. Januar öffnen wir vorerst zum letzten Mal unsere Hütte. Als Besonderheit und bei passender Wetterlage wird bei uns gegrillt. Es gibt leckere Steaks und Grillwürste, vielleicht eine Schneebar??? Bei schlechtem Wetter bewirten wir alternativ natürlich in der Hütte.

Familienteam: am 2. Januar FACKELWANDERUNG

Treffpunkt ist um 17 Uhr am Dorfbrunnen. Mit Fackeln geht es im großen Bogen zur Albvereinshütte. Hier erwartet die Teilnehmer heißer Punsch und da die Hütte bewirten ist, kann die Gelegenheit zum Abendessen genutzt werden.

Sportverein Durchhausen



Sportheim Durchhausen

Am Sonntag, 15.12.2024 bleibt das Sportheim geschlossen.

Sonstige Mitteilungen

VdK Trossingen feiert große Weihnachtsfeier

Die Weihnachtsfeier des Sozialverbandes VdK Ortsverband Trossingen stieß am vergangenen Samstag, den 07. Dezember 2024 auf große Resonanz. Deutlich mehr Besucher als erwartet, fanden den Weg in das Johannes-Spreter-Gemeindeshaus, in der die Hauptversammlung mit anschließender Weihnachtsfeier stattfand. Circa 80 Mitglieder und Gäste verfolgten die Hauptversammlung, in der sämtliche Vorstände wieder gewählt worden sind. Als gewachsenes Vorstandsteam kann das Jahr 2025 mit Zuversicht angegangen werden, ist sich der 1. Vorsitzende Helmut Limburger sicher. Den Mitgliederwachstum um 17 Prozent im vergangenen Jahr sieht er als Bestätigung einer gelungenen Vereinsarbeit an. Neben der Kreisvorsitzenden Maria Streicher gratulierte auch Trossingens Bürgermeisterin Susanne Irion zum erfolgreichen Geschäftsjahr 2024. Abgerundet wurde der Nachmittag mit der professionellen Erzählkünstlerin Sigrid Maute, die das Publikum mit Wintermärchen aus aller Welt in ihren Bann zog.

Beim gemeinsamen Weihnachtslieder Singen, Bingo Spielen sowie Kaffee und Kuchen klang der kurzweilige Nachmittag schließlich aus.



Wassonstnochinteressiert

Aus dem Verlag

NUSSBAUM.de ist das Portal für das lokale Leben in Baden-Württemberg!

Mit NUSSBAUM.de entdeckst du Baden-Württemberg neu und informierst dich über Aktuelles aus deiner Heimat. Von lokalen Ereignissen und Veranstaltungen über Ausflugsziele bis hin zu News aus den Rathäusern und Vereinen – auf NUSSBAUM.de findest du alles, was du wissen musst, um deinen Alltag optimal zu gestalten. Du erhältst alle Informationen aus deinem eigenen Wohnort, den umliegenden Ortschaften, der Region und ganz Baden-Württemberg auf einen Blick. Dank der Personalisierung bekommst du direkt die Infos an die Hand, die dich auch wirklich interessieren. Inspirieren, Suchen, Filtern, Sortieren und Folgen – es gibt viele Wege, um an den richtigen und gewünschten Inhalt zu gelangen. Zudem kannst du auf NUSSBAUM.de dein Blättle jederzeit und überall als E-Paper lesen. Die moderne Plattform gibt es als Website und App. Also, worauf wartest du noch? Entdecke deine Heimat neu auf NUSSBAUM.de!

Betriebsruhe des Verlages



Über den Jahreswechsel haben wir vom **23.12.2024** bis einschließlich **03.01.2025** Betriebsferien. In den Kalenderwochen 52/2024 und 1/2025 wird daher keine Ausgabe erscheinen.

Die erste Ausgabe für das neue Jahr erscheint ab Kalenderwoche 2/2025. **Achtung:** Es ist eine Feiertagswoche.

gemeinsamhelfen.de

Spendenmeisterschaft

Aktionszeitraum:

5.12. bis 15.12.2024

Mit dieser Spendenmeisterschaft zum **Internationalen Tag des Ehrenamts** setzt die Nussbaum Stiftung ein deutliches Zeichen für ihr nachhaltiges Ziel: „Gemeinsam Heimat stärken“. Klaus Nussbaum füllt den Spendentopf für die Meisterschaft mit 20.000 €.

Spenden Sie jetzt für Ihr Herzensprojekt!

Je mehr Spenden das Projekt im Aktionszeitraum erhält, desto höher wird der prozentuale Anteil aus dem Spendentopf der Nussbaum Stiftung.

**Wir garantieren:
Spenden kommen zu
100 % an, ohne Abzug.**

Für jede Spende erhalten Sie eine Spendenbescheinigung im Januar/Februar 2025.



NUSSBAUM



NUSSBAUM
Stiftung

gemeinsam
helfen.de

Du möchtest Heimatentdecker werden?

Der Heimat entdecken Newsletter präsentiert dir einmal in der Woche die schönsten Seiten von Baden-Württemberg. Werde selbst aktiv zum Heimatentdecker, lese die neuesten Artikel auf LOKALMATADOR.DE, tauche ein in die Nussbaum Erlebniswelt und lerne das Land von ganz neuen Seiten kennen. Jetzt anmelden unter <https://www.lokalmatador.de/newsletter/>.



Die Römerpfade im Odenwald

Foto: djd/Touristikgemeinschaft Odenwald/Ch. Frumolt



Dein ePaper auf

NUSSBAUM.de

TRAUER

Foto: WL000464/Photodisc/Thinkstock



*D*u bist nicht mehr da, wo du warst,
aber du bist überall, wo wir sind. Victor Hugo

*Alles hat seine Zeit. Es gibt eine Zeit der Freude,
eine Zeit der Stille, eine Zeit des Schmerzes,
der Trauer und eine Zeit der dankbaren Erinnerung.*

Maria Buffler

geb. Höfler

* 20. September 1927 † 6. November 2024

Herzlichen Dank
allen Verwandten, Freunden, Nachbarn und
Bekannten für jede Form der Anteilnahme.

Im Namen aller Angehörigen
Jürgen, Lothar, Marlene und Christine mit Familien

Durchhausen, im Dezember 2024

Geliebt & unvergessen



Foto: Imagesines/istock/Getty Images Plus

*E*ine Stimme, die uns vertraut war, schweigt. Ein Mensch, der für uns da war, lebt nicht mehr.
Was uns bleibt sind Dank und die Erinnerungen an viele schöne Stunden.

Mit dem Model Springerle formen - das ist eine typisch regionale Art des Plätzchenbackens.

GENUSS

Foto: Ken Wiedemann/Stock/Getty Images Plus

VIELFALT AUF DEM PLÄTZCHENTELLER: WEIHNACHTSgebäck AUS BADEN-WÜRTTEMBERG

Die Weihnachtszeit klopft an die Tür und verwandelt viele Küchen im Ländle in vorweihnachtliche Backstuben. Denn für viele gehört die kleine Nascherei zwischendurch vom Plätzchenteller in der Weihnachtszeit einfach dazu. Und einige der kleinen Köstlichkeiten brauchen auch ein bis zwei Wochen, bis sie ihr volles Aroma entfalten.

Unsere Redaktion hat einige der Köstlichkeiten, die das Fest so besonders machen, unter die Lupe genommen und dabei festgestellt, dass Baden-Württemberg auch in Sachen Weihnachtsgebäck die volle Vielfalt zu bieten hat.

DER HERZOGINS LIEBSTE

Nach ihr sind viele Straßen – vor allem im badischen Teil des Landes – benannt: Hilda von Nassau. Doch auch in der Weihnachtszeit ist ihr Name in aller Munde, und zwar wortwörtlich. Denn die auch als „Linzer Plätzchen“ oder „Spitzbuben“ bekannten Hildabrötchen haben hier eine lange Tradition. Angeblich hat die beim Volk sehr beliebte letzte badische Großherzogin Hildabrötchen gern gegessen und oft selbst gebacken.

Und die Farben – ein vanilliges (Gold-)Gelb und das Rot der Himbeermarmelade – sind auch die der badischen Fahne.

EIN HAUCH VON WEIHNACHTEN

Die beliebten Zimtsterne gehören ebenfalls für viele Menschen auf den (vor-)weihnachtlichen Plätzchenteller. Das kleine, sternförmige Gebäck stammt ursprünglich aus Schwaben und basiert auf einem simplen Mübeteig, dem die Mischung aus gemahlenden Mandeln, feinem Zimt und einer zarten Zuckerglasur den unverwechselbaren Geschmack verleiht. Ihren Ursprung haben sie wohl in Italien, von wo aus sie vermutlich mit den Landsknechten von Kaiser Karl V. ins Schwäbische gelangten, wo man die Rezeptur über Jahrhunderte perfektionierte.

MEIN PLÄTZCHEN HAT DREI ECKEN

Die Odenwälder Dreispitz sind dreieckige Leckerbissen, die vor allem in der Adventszeit für Begeisterung sorgen. Mit einer Füllung aus Marmelade oder Nüssen sind sie eine perfekte Kombination aus süß und knusprig. In gemütlichen Backstuben im Odenwald werden diese

Dreiecke mit viel Sorgfalt und regionalen Zutaten hergestellt und tragen so zum authentischen Genuss bei. Namen und Form haben sie vom typischen Hut der Odenwälder Tracht.

MINIATUR-MEISTERSTÜCKE

Die kunstvollen Springerle sind nicht nur ein Fest für den Gaumen, sondern auch für die Augen. Diese mit Holzmodellen geprägten Plätzchen sind typisch für den Süden und werden mit Anis oder Fenchel verfeinert. Die liebevoll gestalteten Motive reichen von traditionellen Weihnachtsbildern bis zu Glückssymbolen. Ein wahrlich süßer Blickfang auf jeder festlichen Tafel.

Es zeigt sich also: Die Weihnachtszeit in Baden-Württemberg ist nicht nur von malerischen Landschaften und festlich geschmückten Städten geprägt, sondern auch von einer kulinarischen Vielfalt, die Tradition und Genuss auf wunderbare Weise verbindet. Also nichts wie ans Backbuch, den Ofen, das Nudelholz und die Rührschüssel, und los geht das muntere Weihnachtsbacken. Zeit genug bis zum Fest ist ja noch. (jr)

Mein Plätzchen hat drei Ecken ... der Odenwälder Dreispitz ist nicht nur im Norden von Baden-Württemberg auf Plätzchentellern zu finden.



Noch mehr Inspiration für die Weihnachtsbäckerei? Hier finden Sie die Top 8 der Plätzchen-Klassiker aus BW - auch mit Links zu Rezepten. Entweder über den QR-Code oder hier:



<https://nussbaumwelt.net/plaetzchen/>



NUSSBAUM  Club

FREU DICH SCHON JETZT AUF DAS EXKLUSIVE HEILIG- ABEND-GEWINNSPIEL!

Wir verlosen mit freundlicher Unterstützung
von Stage Entertainment:

2 X 2 TICKETS FÜR DAS MUSICAL „DISNEY DIE EISKÖNIGIN“

am Dienstag, den 25. Februar 2025, um 18:30 Uhr
im Stage Apollo Theater Stuttgart

„Die Eiskönigin“ von Disney begeistert mit Humor,
Liedern und beeindruckender Inszenierung. Die Ge-
schichte handelt von der Prinzessin Elsa mit eisigen
Kräften und ihrer Schwester Anna aus Arendelle. Elsa
verbannt sich selbst, um andere vor ihrer unkontrol-
lierbaren Magie zu schützen, doch damit stürzt sie
das Königreich in einen ewigen Winter. Durch Annas
Mut und mit Hilfe ihrer Freunde lernt Elsa, ihre Kräfte
zu akzeptieren.



Disney
DIE EISKÖNIGIN
DAS MUSICAL

**Jetzt mitmachen
und gewinnen**

<https://nussbaumclub.net/advent-eiskoegin/>

Wir haben Betriebsferien



Liebe Leserinnen und Leser,

über den Jahreswechsel haben wir vom
23.12.2024 bis einschließlich **03.01.2025**
Betriebsferien. In den Kalenderwochen **52/2024**
und **1/2025** wird daher keine Ausgabe erscheinen.

Die erste Ausgabe für das neue Jahr
erscheint ab Kalenderwoche **2/2025**.

Achtung: Aufgrund des Feiertags kann es zur
Verschiebung des Erscheinungstages kommen.

 **NUSSBAUM**

Ihr Urlaubsdomizil im Salzburger Land

Haus 18 im Alpendorf Dachstein West 

Im Haus 18 finden Sie alles, was Sie von einem gemütlichen Urlaubsdomizil er-
warten. Neben Schlafräumen für eine große oder zwei kleinere Familien bietet
das Haus eine voll eingerichtete Küche, eine bequeme Wohn-/Essecke mit Sat-
TV. Gute Sicht auf Berg und Tal und eine große Portion erholsamer Stille sind
im Preis enthalten. Dennoch sind Sie nicht von der Außenwelt abgeschnitten.
Ein Internetzugang über WLAN ist in allen Räumen verfügbar und ermöglicht
schnelle Kommunikation mit Kollegen und Daheimgebliebenen.

Interesse? Dann melden Sie sich bei uns!
info@brigitte-nussbaum.de
Tel: 07033 526675



www.alpendorf-haus18.eu



Landesmesse Stuttgart GmbH & Co. KG

Die CMT 2025

Die CMT, die weltweit größte Publikumsmesse für Tourismus und Freizeit, findet vom 18. bis 26. Januar 2025 auf dem Stuttgarter Messegelände statt. Sie ist täglich von 10 Uhr bis 18 Uhr geöffnet. Die Urlaubsmesse wird von ihren Tochtermessen Fahrrad- & Wanderreisen, Golf- & Wellness-Reisen, Kreuzfahrt- & Schiffreisen – wie auch neu, der Selbstausbau – ergänzt. Im Caravaning-Bereich, der Neuheitenschau zum Saisonbeginn, warten mehr als 1300 Fahrzeuge aller namhaften Marken auf die Besucherinnen und Besucher.

Auf der CMT präsentiert sich das Partnerland Indien sowie die Europäische Kulturhauptstadt Chemnitz 2025 und die Region. Sage und schreibe 6.283 Kilometer liegen zwischen den Partnerinnen und Partnern der CMT 2025. Die weltweit größte Publikumsmesse vereint in einem außergewöhnlichen Jahr zwei faszinierende Kulturen – die indische und die sächsische.

Indien ist das Partnerland, während sich die Kulturhauptstadt Europas 2025, Chemnitz, mit der Urlaubsregion Chemnitz-Zwickau-Region in einer Kulturpartnerschaft präsentiert. „Mit unseren Partnerschaften erfüllen wir die Wünsche unserer Besucherinnen und Besucher. Sie sehnen sich zum einen nach Fernreisen und dem Erkunden von neuen Kulturen, zum anderen wollen viele Gäste auch das eigene Land erkunden. Auch hier gibt es zahlreiche schöne Ecken“, so Alexander Ege, Direktor Tourismus & Caravaning.

„C the Unseen“: Chemnitz und die Region entdecken

Die Europäische Kulturhauptstadt Chemnitz 2025 ist das Herz des Urlaubsziels Chemnitz-Zwickau-Region. Mit der Kulturpartnerschaft entsteht eine wundervolle Verbindung. Denn die Region hat mit ihrem Dreiklang aus Industrie, Kultur und Natur so viel zu zeigen. Hier verschmel-

zen Stadt und Land spielend miteinander, fließen Kultur und Industrie zusammen, thronen Schlösser und Burgen inmitten zauberhafter Landschaften. Aus gutem Grund bekommt diese so facettenreiche Urlaubsregion viel Aufmerksamkeit. Im Jahr 2025 ist die sächsische Stadt Chemnitz Kulturhauptstadt Europas, gemeinsam mit 38 Städten und Orten aus dem Zwickauer Land, aus Mittelsachsen und aus dem Erzgebirge. Über 100 Projekte und mehr als 1000 Veranstaltungen, wie Festivals, Konzerte, Ausstellungen und Theateraufführungen werden allein im Jahr 2025 in und um Chemnitz zu erleben sein. „C the Unseen“ lautet das Motto und es könnte für Chemnitz und die Kulturhauptstadtregion nicht besser gewählt sein. Es gilt, bislang Ungesehenes und Unentdecktes sichtbar zu machen.

NUSSBAUM+Club



Messe Stuttgart

Messepiazza 1
70629 Stuttgart
www.cmt-messe.de

2 € Nachlass auf das Tagesticket

CMT – die weltweit größte Publikumsmesse für Tourismus und Freizeit

Den Sand unter den Füßen spüren, Bergluft schnuppen oder mit dem Zuhause auf vier Rädern neue Orte entdecken: Nirgendwo kann man sich besser zum Thema Urlaub informieren, als auf der CMT, der weltweit größten Publikumsmesse für Tourismus und Freizeit. In zehn Hallen dreht sich vom 18. bis 26. Januar 2025 in der Messe Stuttgart alles um Urlaub.

Tickets online bestellbar über www.cmt-messe.de/tickets
Den nebenstehenden Code im Warenkorb eingeben und auf „Code einlösen“ klicken.
Der Preisnachlass wird automatisch abgezogen. Rechtzeitiges Einlösen des Coupons wird empfohlen.

Gültig bis 26.01.2025

Code: NUSSBAUMURLAUB25

IMMOBILIEN-VERKÄUFE



Ihre Immobilienexperten in der Region für alle Fragen rund um Ihre Immobilie, ob Immobilienbewertung, Energieausweis, Kauf, Verkauf auch auf Rentenbasis und Vermietung.

Profitieren Sie von unserer über 41-jährigen Erfahrung.

Rufen Sie uns an, mit uns kann man reden!

GARANT
IMMOBILIEN

Telefon: 07720 95 862-0
villingen-schwenningen@garant-immo.de
www.garant-immo.de

Foto: Landesmesse Stuttgart GmbH

CMT
Die Urlaubsmesse
18. - 26. Januar 2025
Messe Stuttgart

100 x 2 TICKETS GEWINNEN!

CMT - Die Urlaubsmesse
Erlebe die größte Vielfalt rund um Touristik, Mobile Freizeit und Caravaning. Lass Dich inspirieren, entdecke Deinen nächsten Traumurlaub und alles, was dazugehört. Genieße vom 18. bis 26. Januar 2025 auf der CMT einen Urlaubstag mit Folklore, unterhaltsamen Shows, den schönsten Reisezielen und neuesten Caravans. Was Du auch immer im Urlaub erleben möchtest, die besten Ideen findest Du auf der CMT. Mehr Infos unter www.cmt-messe.de.

MITMACHEN UND GEWINNEN
<https://nussbaumclub.net/cmt-2025/>

Teilnahmeschluss: Sonntag, 15.12.2024

Es gelten die Teilnahmebedingungen, die du unter <https://nussbaumclub.net/teilnahmebedingungen/> einsehen kannst. Die Namen der Gewinner/-innen und weitere Gewinnspiele findest du unter <https://nussbaumclub.net/gewinnspiele/>

Nussbaum Medien Weil der Stadt GmbH & Co. KG • Merklinger Str. 20 • 71263 Weil der Stadt • www.nussbaumclub.de

NUSSBAUM+Club

LUST AUF ETWAS SÜSSES UND LECKERES?

Öffne am 3. Advent dein Türchen und gewinne mit etwas Glück ...

Liebenzeller
Marzipan & Schokolade Fabrikation

1 X 35-€-GUTSCHEIN VON FRISCHMANN- MARZIPAN

**JETZT MITMACHEN
UND GEWINNEN**

<https://nussbaumclub.net/advent-marzipan/>

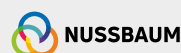
i

Das Amtsblatt ist kein Organ der Meinungspressen. Deshalb können Anzeigen von Parteien, die ihrer Natur nach einen Beitrag zur Meinungsbildung darstellen, im Amtsblatt grundsätzlich nicht veröffentlicht werden. Hinweise auf Veranstaltungen, soweit diese nicht selbst einen meinungsbildenden Inhalt haben, können jedoch veröffentlicht werden.

Für Wochenzeitungen und für Beilagen verfährt der Verlag in gleicher Weise. Eine besondere Regelung gilt für Wahlanzeigen, das heißt für Anzeigen von Parteien und Kandidaten aus Anlass einer Wahl (keine Sympathieanzeigen Dritter). Lässt die Kommune

Wahlwerbung im Amtsblatt zu, kann eine Veröffentlichung erfolgen. Die Werbung muss sich auf die Darstellung der eigenen Ziele beschränken. Sie darf keine Angriffe auf Dritte enthalten. In jedem Fall gibt die Werbung ausschließlich die Meinung der jeweils werbenden Partei oder Person wieder, nicht die des Verlages.

Der Verlag muss bei der Veröffentlichung den Grundsatz der Chancengleichheit beachten.



Weihnachten bei dir vor Ort

Weihnachtsmärkte, Events und festliche Tipps direkt aus deiner Region. Mit **NUSSBAUM.de** alles Wichtige, alles nah!



JETZT ALLES RUND UM WEIHNACHTEN ENTDECKEN

nussbaumwelt.net/weihnachten-nussbaum-de

JABIL

ENTDECKE EINE WELT VOLLER MÖGLICHKEITEN



Einrichter CNC Drehen (m/w/d)
Chirurgiemechaniker (m/w/d)

Mitarbeiter Endkontrolle (m/w/d)
Produktionshelfer (m/w/d)

**BEREIT IHRE REISE
MIT UNS ZU BEGINNEN ?**

Unsere offenen Vakanzen
careers.jabil.com



Berufswelt Kupfer

Kupfer ist ein ständiger Begleiter unseres Alltags. Es sorgt dafür, dass wir per Smartphone miteinander in Verbindung stehen und es ist unersetzlich in der nachhaltigen Energieerzeugung und -verteilung. Kontinuierlich kümmern sich Menschen darum, mit Kupfer umweltfreundliche Technologien zu entwickeln und neue Einsatzgebiete zu erschließen. Entsprechend vielfältig und zukunftssträftig sind die Berufsbilder, in denen das rote Metall eine Rolle spielt. Sie reichen von den Metallbe- und Verarbeitern über Techniker und Elektroniker, Kaufleute und Ingenieure bis hin zu Wissenschaftlern und

Grundlagenforschern oder Fachleuten für erneuerbare Energien.

Der Einstieg in spannende Jobs rund um Kupfer ist auf vielen Wegen möglich. Die klassische Ausbildung im dualen System mit einer Lehre im Betrieb und Berufsschule führt zu anspruchsvollen technischen und handwerklichen Tätigkeiten etwa als Feinwerk-, Fertigungs-, Industrie- oder Gießereimechaniker. Über ein Studium eröffnen sich vielfältige Möglichkeiten im Ingenieurwesen, in der Elektronik oder in der Wissenschaft. (djd/Kupferverband e.V./red)

Mehr über Metallberufe auch auf www.lokalmatador.de/webcode/thema-3066/

EINE ANZEIGE HILFT SUCHEN!

Wir suchen dringend:

Elektroniker (m/w/d)

Energie- und Gebäudetechnik

mit abgeschlossener Berufsausbildung und einer selbstständigen und eigenverantwortlichen Arbeitsweise

Ihre Aufgaben:

- Installation von Neubauten
- Verdrahtung und Montage von elektrischen Komponenten
- Durchführen von Wartungs- und Reparaturarbeiten

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann bewerben Sie sich bitte per E-Mail an: info@elektrobaersch.de oder auf dem Postweg an nebenstehende Adresse.



**Elektro
Bärtsch**

**Planung
Montage
Wartung**

Schuraer Straße 9, 78594 Gunningen
Telefon 07424 2872
info@elektrobaersch.de

Wir suchen eine/n Ergotherapeutin/en

TRIBL
Leben in Veränderung
Ergotherapie & KompetenzWelten



Ergotherapie

- Pädiatrie
- Neurologie
- Geriatrie
- Orthopädie
- Psychiatrie

KompetenzWelten

- AD(H)S
- Legasthenie
- Dyskalkulie
- Yoga
- Thai Yoga
- Gruppenkurse
- Coaching
- Seminare

TRIBL Ergotherapie & KompetenzWelten | www.tribl.de
Hans-Kraut-Straße 4 | 78549 Spaichingen | Tel. 07424-9819280

FIT & GESUND

<https://lokalmatador.net/fit-gesund/>

Foto: Nadzeya Haroshka/istock/Getty Images Plus

Stabil auf die Piste – rückenfit durch die Skisaison

Passionierte Wintersportler können es kaum abwarten, endlich wieder Schwünge im Schnee zu ziehen. Damit das Skivergnügen unfallfrei bleibt, sollten Pistenfans sich und ihren Körper gut vorbereiten. Tipps vom Experten.

„Skiverletzungen kann man wirkungsvoll vorbeugen, indem man die Bein-, Rumpf- und Rückenmuskulatur frühzeitig trainiert“, sagt Ulrich Kuhnt, Sportwissenschaftler und Leiter der Rückenschule Hannover. Der Ergonomie-Experte bei der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V. empfiehlt Übungen mit einem Balancekissen.

Verletzungsgefahr

Pro Jahr verletzen sich bis zu 39.000 Skisportlerinnen und -sportler auf der Piste. Viele Stürze resultieren aus Fahrfehlern. „Helm und Rückenprotektor sollten daher selbstverständlich zur Grundausstattung gehören. Außerdem sollten Skifahrende sich vor der Abfahrt durch leichte Übungen aufwärmen, um den

Körper auf die Bewegung vorzubereiten“, rät Ulrich Kuhnt. Wer sich auf die Piste begibt, sollte aber auch eine gewisse Grundfitness mitbringen, um Verletzungen und Rückenschmerzen vorzubeugen.

Skigymnastik ist wichtig

„Studien zeigen einen signifikanten Zusammenhang zwischen einem erhöhten Verletzungsrisiko und einer untrainierten Muskulatur“, sagt der Ergonomie-Experte. „Gute koordinative Fähigkeiten verhindern Stürze. Eine starke Bein- und Rückenmuskulatur fängt einen Sturz besser ab, Wirbelsäule und Gelenke sind vor Verletzungen besser geschützt.“ Für ein einfaches und besonders effektives Ganzkörper-Training zu Hause empfiehlt der Sportwis-

senschaftler unter anderem luftgefüllte Balancekissen, auf denen man sitzend, liegend oder stehend Muskeln und Gleichgewicht stärken kann.

Training mit Balancekissen

„Da die Kissen mit ihren ein bis zwei Luftkammern leicht instabil sind, geben sie der Muskulatur und vor allem dem Gehirn neue, ungewohnte Reize. Der regelmäßige Gebrauch stärkt die Tiefenmuskulatur, weil sie das leichte Wackeln des Körpers ausgleichen muss“, erklärt Kuhnt. „Gleichzeitig verbessert das Balance-Training das Gleichgewicht und die Körperhaltung.“ Auf dem Markt gibt es zahlreiche Balancekissen mit einer Vielzahl von Formen und Anwendungsmöglichkeiten. Wichtig sind eine hochwertige Ausfüh-

rung und gute Qualität. Eine Orientierung bei der Auswahl bietet das AGR-Gütesiegel. Für ein sicheres Training muss gewährleistet sein, dass das Gerät bei der Benutzung nicht wegrutscht.

Geprüfte Produkte nutzen

Wer das perfekt passende Produkt sucht, kann sich bei der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V. informieren. Der deutsche Verein berät seit mehr als 25 Jahren Verbraucherinnen und Verbraucher zum Thema Rückengesundheit und zeichnet als Entscheidungshilfe rückenfremdliche Produkte mit dem AGR-Gütesiegel aus. Die unabhängige Prüfkommision besteht aus Ärztinnen und Ärzten sowie Therapeutinnen und Therapeuten verschiedener Fachgebiete. (ots/AGR/red)



Foto: StockPlanets/E+/Getty Images

 lokalmatador



Ab auf die Piste! Tipps und Ideen für Wintersport in Baden-Württemberg finden Sie über diesen QR-Code oder den Link:

<https://lokalmatador.net/wintersport-bw/>



**Mit Herz und Verstand
„Arbeiten im Auge des Sturms“
Wir suchen Sie als
Assistenz der Gemeindeleitung (m/w/d)**

in unserem Team des Pfarrbüros in Aldingen.
Beschäftigungsumfang: 30-50% (12-19 Wochenstunden)

Ihre Aufgaben:
Gemeinsam mit Ihrer Kollegin sind Sie für viele Gemeindeglieder der Erstkontakt zur Kirchengemeinde (HERZ & VERSTAND): Telefondienst, Gespräche mit Gemeindegliedern... Ebenso gehören dazu (VERSTAND & HERZ): Verwaltungsaufgaben in den Bereichen Finanzen, Personal und Liegenschaften, Verzeichnisführung und Statistik, Belegungspläne verwalten, Begleitung des Bauausschusses und von kleinen Baumassnahmen.

Wir bieten:
Anstellung nach kirchl. Anstellungsordnung (Stellenbewertung in EG 7) mit allen Sozialleistungen des kirchl. Dienstes z. B. betriebliche Altersversorgung, vermögenswirksame Leistungen und Urlaubsregelung über dem Mindesturlaub. Fortbildungen. Mitgestalten einer lebendigen Kirchengemeinde.

Was wir erwarten erzählen wir Ihnen am liebsten selbst.
Weitere Infos:
Pfr. Ulrich Dewitz (Ulrich.Dewitz@elkw.de)



IMMOBILIEN

Den richtigen Verkaufspreis für Ihre Immobilie erzielen wir!



Immobilienmakler
Thomas Minzer
Tel. 07461 707 - 1106
thomas.minzer@vbsdn.de




UNTERRICHT

Nachhilfe

Klasse 4 bis zum Abi
Mathe, Deutsch, Englisch,
sehr preiswert (gewerblich)

☎ 01579 2470304



Die schönsten Seiten Baden-Württembergs. Ein Newsletter. Einmal die Woche.

Heimat entdecken

AUTO

ANKAUF



ANKAUF GEPFLEGETER FAHRZEUGE!
Gerne auch Wohn-/Reisemobile
CABRIOLETS · SPORTWAGEN · SUVs
Old-/Youngtimer & PKWs aller Art!

☎ 0711 - 3424 7363
info@auto-schwab-fellbach.de

GESCHÄFTSANZEIGEN

NEUE HEIZUNG !?! Ideen, Lösungen & Zuschüsse



ZUSATZTERMIN

Informations- und Beratungsabend

Mittwoch, 18. Dezember

18:30 Uhr Zusammentreffen mit kleinem Imbiss
19:00 Uhr Vortrag

- * Staatliche Förderungen für Heizungstausch und Gebäudesanierung - bis 70 % Förderung
- * Schritt für Schritt zur neuen Heizung mit Hermle
 - * Wärmepumpen und Photovoltaik
 - * Heizen mit Holz – die Alternative

Referenten: Uwe Frommer, Bau- und Energieberater und
Adrian Schick, Heizungsexperte der Firma Paul Hermle

ANMELDUNG unter
Tel. 0 74 26.94 05-30 oder
Mail: sd@paul-hermle.de



Paul Hermle GmbH * Industriestraße 29 * Gosheim
Tel. 0 74 26.94 05-0 * info@paul-hermle.de * www.paul-hermle.de

PLATZIERUNGSWÜNSCHE
werden beachtet, aber können leider
nicht immer eingehalten werden.

NUSSBAUM Trainerschule 2024

SPORT

Ein Teil der Absolventinnen und Absolventen der NUSSBAUM Trainerschule 2024 bei der Abschlussveranstaltung in St. Leon-Rot.

Foto: AiL e.V.

NUSSBAUM TRAINERSCHULE: JETZT FÜR DIE DRITTE RUNDE BEWERBEN

Die zweite Runde ist vorbei, und schon geht es weiter mit der NUSSBAUM Trainerschule.

Das kostenfreie Programm, das Nussbaum Medien nun bereits zum dritten Mal in Zusammenarbeit mit Anpfiff ins Leben e.V. durchführt, bietet ehrenamtlichen Trainerinnen und Trainern die Möglichkeit, sich gezielt in der Handhabung pädagogisch schwieriger Situationen im Trainingsalltag weiterzubilden.

„Die NUSSBAUM Trainerschule ist für uns ein wichtiger Beitrag, dem Ehrenamt in unseren Sportvereinen den Rücken zu stärken und ein pädagogisches Werkzeug an die Hand zu geben, das den Trainingsalltag im Umgang mit sportbegeisterten Kindern und deren Eltern bereichern kann“, erklärt Klaus Nussbaum, der als Gründer und Stifter der Nussbaum Stiftung, aber auch als Unternehmer das Projekt initiiert hat und unterstützt. Und Jörg Albrecht, 1. Vorsitzender von Anpfiff ins Leben, ergänzt: „Die pädagogische Aus- und Weiterbildung von Trainern ist von immenser Bedeutung, die direkt auf die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen sowie auf die Vereinskultur einwirkt.“

Die NUSSBAUM Trainerschule soll den Teilnehmenden pädagogisches Know-how vermitteln, das über die sportbezogenen Trainingsinhalte hinaus geht und das Miteinander im Team in den Mittelpunkt stellt.

Johannes Oppel, Fußballtrainer bei Phönix Lomersheim und Teilnehmer der zweiten NUSSBAUM Trainerschule, beschäftigt in seinem Traineralltag besonders das Engagement der Eltern. Hier beschränkt sich die aktive Unterstützung auf nur wenige Familien, was oft zu kritischen Situationen führte. „Der Workshop zum Thema Elternmanagement hat mir extrem geholfen, und ich habe das Gefühl, jetzt nicht mehr ins kalte Wasser geworfen zu werden, wenn kritische Gespräche mit Eltern anstehen. Solche Aspekte tauchen in den klassischen Trainerausbildungen nicht auf, da geht es nur ums Sportliche.“ Für Viola Eckert, Leichtathletiktrainerin beim TV Flein, waren vor allem die Inhalte zur Interaktion mit Athletinnen und Athleten wertvoll. Die Reflexion des eigenen Verhaltens als Trainerin und daraus resultierend eine neue Perspektive auf Herausforderungen und deren Lösung waren für sie zentrale Schlüsselpunkte.

NACHHALTIGKEIT

Das erworbene Wissen soll auch innerhalb des Vereins weitergegeben werden, denn die NUSSBAUM Trainerschule setzt auf nachhaltige Entwicklung. Die Trainerinnen und Trainer sollen nach der Weiterbildung in ihren Vereinen als Mentoren agieren und andere Übungsleitende coachen. Darüber hinaus sollen sie andere Menschen ermutigen und befähigen, als Trainerin oder Trainer tätig zu werden, um langfristig einen positiven Einfluss auf die Vereine zu erzielen.

RUNDE 3 – JETZT BEWERBEN

Die dritte Runde der NUSSBAUM Trainerschule steht bereits in den Startlöchern und verspricht erneut eine intensive Auseinandersetzung mit relevanten pädagogischen Themen im Sport. Ab dem 5. Dezember können sich ehrenamtliche Trainerinnen und Trainer aus Baden-Württemberg bewerben. Die kostenfreien Workshops finden an den Standorten von NUSSBAUM Medien in St. Leon-Rot und Rottweil statt. Das Angebot richtet sich an Trainerinnen und Trainer von Mannschaftssportarten.

(ail/red)

Wenn Trainer die Schulbank drücken ... Die NUSSBAUM Trainerschule vermittelt Inhalte praxisnah und trainerfreundlich.



Foto: Offenblende/AiL



Alle Infos zur Nussbaum Trainerschule, Termine und Fristen sowie der Link zur Anmeldung finden Sie unter diesem Link:

<https://nussbaumwelt.net/trainerschule25>

Biancas Polsterwelt
 Bianca Merkt

Hindenburgstraße 39
 78549 Spaichingen
 Telefon 07424/9773853
 Mobil 0157/31379968
 Termin nach Vereinbarung
 info@biancas-polsterwelt.de
 www.biancas-polsterwelt.de

Ich polstere und beziehe Sitzmöbel aller Art für den Innen- und Außenbereich

Wenn man nicht mehr (alles) kann, können wir helfen. Wir sind für Sie da.

Der ambulante Pflegedienst St. Franziskus Spaichingen-Trossingen der Stiftung St. Franziskus bietet **älteren Menschen** starke Leistungen im Bereich **ambulanter Pflege**:

- Beratungsgespräche
- Grund- und Behandlungspflege
- Pflege bei Verhinderung der Pflegeperson
- Betreuung von Menschen mit Demenz

Sie möchten mehr erfahren?
 Gerne sind wir persönlich für Sie da.

Elena Wiens, Telefon: 07425 222-222
www.stiftung-st-franziskus.de/leistungen/ambulante-pflege

Leistungen für Kinder, Jugendliche und Familien | Menschen mit Behinderung | ältere, pflegebedürftige Menschen

Stiftung St. Franziskus

Pflegedienst St. Franziskus Spaichingen-Trossingen

Die Bäckermeister LINK Ihre Trossinger Bäckerfamilie

Wir sagen Dankeschön und zum Abschied leise Servus.

Seit 40 Jahren waren wir nun mit unserem Verkaufsmobil wöchentlich bei Ihnen vor Ort. Doch leider müssen wir schweren Herzens den Fahrverkauf nun zum Jahresende einstellen, da bei unserem Fahrzeug einige größere Reparaturen anstehen würden und dies nicht mehr wirtschaftlich vertretbar ist.

Somit sind wir in der Woche vor Weihnachten vom 16. - 21.12.2024 zum letzten Mal bei Ihnen unterwegs.

Herzlichen Dank für Ihre Treue und Ihre Unterstützung in all den Jahren.

Ihre Bäckerfamilie Link.



ErneuerbareBW **KEA-BW**

Dr. Sebastian Hill von den Oberkircher Winzern erzeugt erstklassige Weine mit erneuerbaren Energien.

Unser Wein
 mit der Sonne gekeltert.

Trauben reifen in der Sonne. Um aus den Trauben guten Wein zu machen, brauchen wir Energie. Diese Energie liefert uns auch die baden-württembergische Sonne. Wein von hier mit Energie von hier.

Wir alle machen Erneuerbare zur Tradition.
www.erneuerbare-zur-tradition-machen.de



Wir bewerten Ihre Immobilie kostenfrei

Auf Ihren Anruf freuen wir uns!

merz IMMOBILIEN 0741 - 17488 0
merz-immobilien.de



Rohrreinigung Flying Eagle
 Geschäftsführer: Patrick Michael Seck

- Rohrreinigung (WC - Küche - Keller - Bad)
- Kanal TV - Untersuchung
- Kanal-Sanierung (Ohne Aufzugraben)
- Rückstausicherung

Ihr Ansprechpartner für den Kreis Tuttlingen
 Herr Seck ☎ 0151-74330809

Kostenlos An- & Abfahrt für den gesamten Kreis Tuttlingen

Flying Eagle GmbH - Höhenweg 7 - 35452 Heuchelheim

