



Amtsblatt der Gemeinde Assamstadt

Nr. 12 | Freitag, 25.3.2022
48. Jahrgang

Assamstadt
aktuell

Weiterhin gilt: Terminvereinbarung und 3G-Pflicht im Rathaus

Zutritt nur mit **FFP2-Maske** und **3G-Nachweis** gestattet.
Infos über die neue Corona-Verordnung: www.assamstadt.de

Rentenberatung

Die nächste Beratungsmöglichkeit im Rathaus ist am **Donnerstag, 31.3.2022**.

Es sind noch Termine frei, mehr dazu auf Seite 2.

Kreisbauamt

Die nächste Bürgersprechstunde im Rathaus ist am **Mittwoch, 6. April 2022**. Siehe Seite 2.

Frühjahrswanderung oder Frühlingsmarkt

Diesen **Sonntag** gibt es zwei interessante Veranstaltungen: Der Gewerbeverein lädt zum **verkaufsoffenen Sonntag** von 13.00 bis 18.00 Uhr. Die **Wanderung auf der Gemeindegrenze** vom Heimat- und Kulturverein startet um 14.30 Uhr. Die Infos zur Wanderung gibt es auf Seite 6. Die Infos zum Frühlingsmarkt auf dem Titel und Seite 6.

Sonntag, 27. März

Zeitungstellung

Am Sonntag, 27. März 2022 wird in der Nacht von Samstag auf Sonntag die Uhr um 2.00 auf 3.00 Uhr vorgestellt. Die Nacht ist eine Stunde kürzer.



Fotos: Gemeindeverwaltung

VERKAUFSOFFENER

SONNTAG

27. MÄRZ 2022

13.00 - 18.00 UHR

Wir sind dabei:

Floristikstube Anke Ertl
Das Kosmetikstudio Katharina Beisel
Assamstadter Salzgrotte & Salzshop
Schokofrüchte Hörner
Kunst in Holz Assamstadt





Amtliche Bekanntmachungen

Neue Corona-Verordnung - Terminvereinbarung und 3G-Pflicht im Rathaus

In Baden-Württemberg gilt seit **Samstag, 19. März 2022**, eine **neue Corona-Verordnung**. Das Land nutzt die im neuen Infektionsschutzgesetz des Bundes vorgesehene Übergangsregel. Damit bleibt die Maskenpflicht in Innenräumen bestehen. Die aktuelle Verordnung kann unter **www.assamstadt.de** abgerufen werden.

Im Assamstadter **Rathaus** gilt nach wie vor die **3G-Pflicht** zum Schutz der Mitarbeiter und Besucher. Besucher können das Rathaus **nur nach vorheriger Terminabsprache** besuchen. Für den Besuch ist die Vorlage eines Test-, Genesenen- oder Impfnachweises notwendig. Ein Schnelltest muss von einer offiziellen Teststelle und darf nicht älter als 24 Stunden sein (ein PCR-Test nicht älter als 48 Stunden). Selbsttests werden ausdrücklich nicht anerkannt. Beim Besuch ist eine FFP2-Maske (oder vergleichbar) zu tragen.

Wir bitten, von der Besuchsmöglichkeit nur in dringenden Fällen Gebrauch zu machen und Angelegenheiten soweit als möglich telefonisch oder per E-Mail zu klären. Sie erreichen uns unter **Telefon 06294/4202-0** oder **post@assamstadt.de**. Die Durchwahlen unserer Mitarbeiter finden Sie auf der Homepage der Gemeinde Assamstadt unter **www.assamstadt.de/die-gemeinde/rathaus**.

Kompetente Unterstützung in Rentenangelegenheiten vor Ort

Ihre Versichertenberaterin Sieglinde Köppler, Ringstraße 10, 97959 Assamstadt, Telefon 06294/9116 berät Sie kostenlos **am Donnerstag, 31.3.2022 von 17.00 bis 18.30 Uhr**.

Beratungsmöglichkeiten gibt es jeweils immer am vierten Donnerstag des Monats im Bürgersaal im Rathaus in Assamstadt. Informiert wird über Rentenangelegenheiten der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg. Beratungstermine werden von der Gemeindeverwaltung Assamstadt vergeben unter Telefon 06294/4202-0.

Während der Beratung muss eine FFP2-Maske getragen werden. Bitte denken Sie auch an Ihren 3G-Nachweis.

Probealarm der Feuerwehr

Am **Samstag, 2. April 2022** findet in der Zeit zwischen 10.30 und 12.45 Uhr ein Probealarm für die Feuerwehr statt. Um Kenntnisnahme und Beachtung wird gebeten.

Bürgersprechstunde des Kreisbauamtes

Herr Kreisbaumeister Schulz die nächsten Termine:

6.4.2022 ab 12.00 Uhr

4.5.2022 ab 12.00 Uhr

Terminvereinbarungen

Telefon 06294/4202-60 (Herr Weiland)

Neue Öffnungszeiten beim Einwohnermeldeamt

Einwohnermeldeamt nur eingeschränkt verfügbar

Das Einwohnermeldeamt ist ab April aufgrund von personellen Engpässen nur eingeschränkt besetzt.

**Montag von 8.00 bis 12.00 Uhr und von 13.30 bis 17.00 Uhr
Donnerstag von 13.30 bis 18.30 Uhr**

Dies gilt bis auf Weiteres. Sobald die Zeiten wieder aufgestockt werden können, lassen wir es Sie wissen. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Aktuell gilt noch immer die **3G-Regel** im Rathaus. **Termine sind vorab telefonisch abzuklären.** Die aktuellen Regelungen finden Sie auf unserer Homepage unter **www.assamstadt.de**.

Freie Wohnungen für ukrainische Kriegsflüchtlinge gesucht - Bitte um Registrierung

Die Hilfsbereitschaft für Kriegsflüchtlinge aus der Ukraine ist erfreulicherweise sehr groß.

Wer in der Gemeinde Assamstadt bereits Flüchtlinge aufgenommen hat, den bitten wir dringend um Rückmeldung an die Gemeinde, damit eine ordnungsgemäße Registrierung bei der Ausländerbehörde erfolgen kann. Die Registrierung ist Voraussetzung für die weiteren notwendigen Hilfen. Daher ist es wichtig, dass dies zeitnah geschieht.

Neben den bisherigen (privaten) Flüchtlingsaufnahmen ist zukünftig auch mit weiteren Zuweisungen oder Anfragen nach Unterkünften zu rechnen. Bitte melden Sie sich bei der Gemeindeverwaltung, wenn Sie Interesse haben, jemanden bei sich aufzunehmen und Wohnraum anbieten können.

Info und Kontakt

Rathaus Assamstadt

Telefon 06294/4202-0, E-Mail: post@assamstadt.de

Umsturzgefährdete Bäume und hängende Äste

Es sind immer wieder umsturzgefährdete oder in Richtung von (Wander-)Wegen hängende Bäume und Äste zu beobachten.

Wir bitten alle Eigentümer, regelmäßig nach dem ordnungsgemäßen Zustand ihrer (Wald-)Grundstücke zu schauen, insbesondere nach dem Auftreten von Sturmböen.

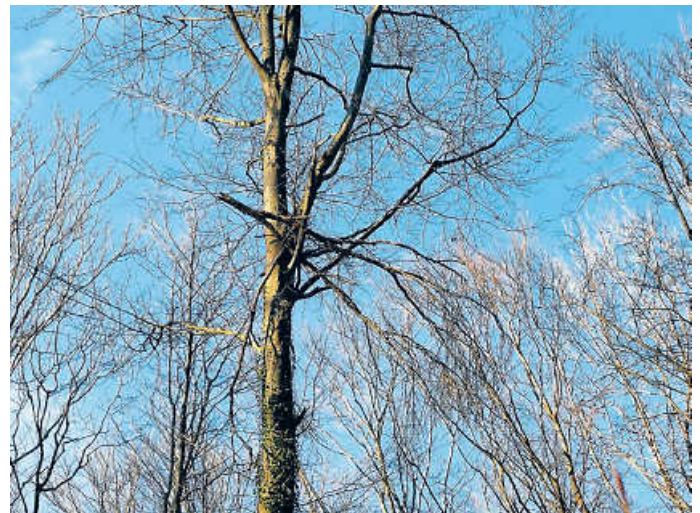


Foto: Gemeindeverwaltung

Achtet auf die Umwelt

IMPRESSUM

Herausgeber:

Gemeinde Assamstadt

Druck und Verlag:

Nussbaum Medien Bad Rappenau GmbH & Co. KG
Kirchenstraße 10
74906 Bad Rappenau
Telefon 07264 70246-0
www.nussbaum-medien.de

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

Bürgermeister Joachim Döffinger
Bobstadter Straße 1, 97959 Assamstadt
oder sein Vertreter im Amt.

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

Timo Bechtold
Kirchenstraße 10, 74906 Bad Rappenau

INFORMATIONEN

Vertrieb (Abonnement und Zustellung):

G.S. Vertriebs GmbH
Josef-Beyerle-Str. 2
71263 Weil der Stadt
Telefon 07033 6924-0
E-Mail: info@gsvertrieb.de
Internet: www.gsvertrieb.de

Anzeigenverkauf:

bad-rappenau@nussbaum-medien.de

Bildnachweise Rubrikenbalken:

© Thinkstock, außer bei Amtliche
Bekanntmachungen:
Gemeinde Assamstadt

Außenstelle Testzentrum


Testzentrum Assamstadt


Alemannenweg 1 (Eingang Richtung Germanenstraße), 97959 Assamstadt

Testzeiten ab Februar 2022:

Sonntag, Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag	17.30 – 18.30 Uhr
Freitag & Samstag	18.00 – 19.00 Uhr

Termine:
über www.testbuchen.de -> Assamstadt ins Suchfeld -> Teststelle Katharina Beisel anklicken -> Registrieren -> Termin auswählen -> buchen.

WICHTIG: Falls Sie Ihren gebuchten Termin nicht benötigen, bitte Buchung stornieren.

Ohne Termin:
Spontanes Vorbeikommen ohne Termin ist zu den Testzeiten (s. o.) möglich.
Bitte beachten Sie, dass Sie Ihr Ergebnis dann nur in Papierform erhalten.

Bei Fragen dürfen Sie sich gerne an die Mitarbeiterinnen der Bach Apotheke in Assamstadt wenden, Tel.: 06294/42070.

WICHTIG:
Bitte bringen Sie zum Nachweis Ihrer Identität einen **amtlichen Lichtbildausweis** mit.

An diesen Tagen wird ein **Schnelltest** durch geschultes Personal durchgeführt.
Hinweis: Der Schnelltest ist **kein PCR-Test**. Sollten Sie bereits Symptome wie Fieber usw. haben, bitten wir Sie, einen Arzt aufzusuchen.

Bei **Minderjährigen** wird die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten benötigt.

Hygienekonzept für Trauerfeiern auf dem Friedhof in Assamstadt

- Es besteht ein Zutritts- und Teilnahmeverbot für Personen, für die aufgrund gesetzlicher Vorgaben oder behördlicher Anordnung eine Absonderungspflicht besteht. Personen, die typische Symptome einer Infektion mit dem Coronavirus, namentlich Fieber, trockener Husten, Störung des Geschmacks- oder Geruchssinns, aufweisen, sollten eine Teilnahme an der Trauerfeier ebenfalls unterlassen. Selbiges gilt für den Fall, dass ein Haushaltsmitglied oder eine enge Kontaktperson unter Quarantäne steht oder Corona-typische Symptome aufweist.
- Es gibt keine Begrenzung der Teilnehmerzahl auf dem Friedhofsgelände.
- Während der gesamten Trauerfeier auf dem Friedhof besteht Maskenpflicht.
- Grundsätzlich ist ein Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten. Dieser ist auch beim Kondolieren sowie beim Betreten und Verlassen des Friedhofs zu beachten. Dies gilt nicht bei Angehörigen desselben Haushalts sowie bei den sonstigen Ausnahmeregelungen der aktuellen Corona-Verordnung.
- Der/die für die Einhaltung des Hygienekonzepts Verantwortliche (i.d.R. ein Familienmitglied) ist der Gemeindeverwaltung mindestens zwei Tage vor der Trauerfeier zu benennen.
- Den Teilnehmenden wird beim Betreten des Friedhofes eine Handdesinfektion angeboten.
- Aus hygienischen Gründen wird auf das Bereitstellen von Weihwasser verzichtet.
- Für Zusammenkünfte im Anschluss an die Bestattung (Leichtrunk), gelten die allgemeinen Regelungen der aktuellen Corona-Verordnung.



Ist Ihre Hausnummer gut erkennbar?

Im Notfall

kann diese entscheidend für rasche Hilfe durch den Arzt oder den Rettungsdienst sein!

Familiennachrichten

Geburtstagsjubilare



Nach § 50 Abs. 2 Satz 5 BMG dürfen Altersjubilare ab dem **70. Geburtstag alle 5 Jahre und ab dem 100. jährlich** veröffentlicht werden.



Ärztlicher Wochenenddienst

Wichtige Rufnummern für den ärztlichen Bereitschaftsdienst

Rettungsdienst 112

Allgemeiner Notfalldienst
Kinderärztlicher Notfalldienst
Augenärztlicher Notfalldienst

HNO-ärztlicher Notfalldienst 116 117

Allgemeine Notfallpraxis Bad Mergentheim
Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, Uhlandstr. 7
Öffnungszeiten

Sa., So. und an Feiertagen 9.00 - 22.00 Uhr

Notfallpraxis Kinder Bad Mergentheim (Kinder)
Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, Uhlandstr. 7
Öffnungszeiten

Sa., So. und an Feiertagen 9.00 - 20.00 Uhr

Zahnärztlicher Notfalldienst

Für den zahnärztlichen Bereitschaftsdienst wenden Sie sich bitte an die Kassenzahnärztliche Vereinigung Baden-Württemberg:
<http://www.kzvbw.de/>

Wochenenddienst Sozialstation

Sozialstation Boxberg, Tel. 07930/990099

Apothekendienst

Fr. 25.3. Bach-Apotheke, Assamstadt, Tel. 06294/42070
Sa. 26.3. Rats-Apotheke, Bad Mergentheim, Tel. 07931/8298
So. 27.3. Marien-Apotheke, Dörzbach, Tel. 07937/990050
Mo. 28.3. Stadt-Apotheke, Lauda, Tel. 09343/62020
Di. 29.3. Burg-Apotheke, Bad Mergentheim, Tel. 07931/98080
Mi. 30.3. Apotheke im Ärztehaus, Bad Mergentheim, Tel. 07931/949097
Do. 31.3. Goldbach-Apotheke, Igersheim, Tel. 07931/44066

Weitere Notdienste der Apotheken finden Sie auf der Homepage der Landesapothekerkammer Baden-Württemberg <http://www.lak-bw.notdienst-portal.de/> oder telefonisch Festnetz 0800/0022833, mobil 22833



Seelsorgeeinheit
Krautheim – Ravenstein – Assamstadt



Kontaktdaten

Pfarrgasse 3, 74238 Krautheim-Gommersdorf
Tel. 06294/4280380, Fax 06294/4280605
pfarrbuero@kath-kras.de/www.kath-kras.de

Erreichbarkeit in seelsorgerischen Notfällen**Pfarrer Metz**

Tel. 06294/4280380, E-Mail: bernhard.metz@kath-kras.de

Pfarrer Kern

Tel. 06294/333, E-Mail: trudpert.kern@kath-kras.de

Pater Soji Chacko CsSR

Tel. 06297/283, E-Mail: soji.chacko@kath-kras.de

Bankverbindung der Seelsorgeeinheit Krautheim-Ravenstein-Assamstadt

IBAN: DE87 6606 9342 0001 1799 00, BIC: GENODE61KTH

Freitag, 25.3. - Verkündigung des Herrn

18.00 Uhr Er Messfeier

Samstag, 26.3. Vorabend vom 4. Fastensonntag - Laetare

11.30 Uhr As Taufe von Liam Pollack u. Elina Ondrasch in der Kapelle im Gemeindezentrum

17.30 Uhr Kl Messfeier

19.00 Uhr Ow Messfeier

Sonntag, 27.3. - vierter Fastensonntag - Laetare

9.00 Uhr Go Messfeier

9.00 Uhr As Messfeier

Mathilde Jäger, Fridolin Jäger, Dieter Jäger u. Johanna Hornung u. Ang.; Jt. Franz Deuser; leb. u. verst. Ang. d. Fam. Burkert, Walz u. Beck

10.30 Uhr Ba Messfeier

10.30 Uhr Kr Messfeier

13.00 Uhr Go Dank- u. Sühnerosenkranz

13.30 Uhr Dank- u. Sühnerosenkranz As u. Ow

18.00 Uhr Ba Bußgottesdienst in der Fastenzeit

Dienstag, 29.3. - Dienstag der vierten Fastenwoche

8.00 Uhr As Schülertagesdienst

15.30 Uhr Kr Messfeier im Haus der Generationen (nur f. Bewohner)

18.00 Uhr Kl Elternabend Klepsau zum Thema Eucharistie im Bürgersaal

Mittwoch, 30.3. - Mittwoch der vierten Fastenwoche

8.00 Uhr As Morgenlob

18.00 Uhr Ba Elternabend Ravenstein zum Thema Eucharistie im Pfarrhaus

Donnerstag, 31.3. - Donnerstag der vierten Fastenwoche

15.30 Uhr Me Messfeier in der GERAS Seniorenpflege(nur f. Bewohner)

15.30 Uhr As Wort-Gottes-Feier im Haus St. Wendelin(nur f. Bewohner)

Freitag, 1.4. - Freitag der vierten Fastenwoche

10.00 Uhr SE Hauskommunion Krautheim Winzenhofen Klepsau

18.00 Uhr Er Anbetung

Samstag, 2.4. - Vorabend vom 5. Fastensonntag

10.00 Uhr As "Beicht-Tag" in der Fastenzeit

14.00 Uhr As "Beicht-Tag" in der Fastenzeit

14.00 Uhr Ho Taufe von Frieda Leutwein

17.30 Uhr Kr Messfeier

19.00 Uhr Hü Messfeier

19.00 Uhr Wi Messfeier

Sonntag, 3.4. - fünfter Fastensonntag

9.00 Uhr Ow Messfeier

10.30 Uhr Go Messfeier

10.30 Uhr As Messfeier

Egon Göbel u. Ang.; Ewald Nied u. Ang. u. Gustav Heller u. Ang.; Franz Stauch, leb. u. verst. Ang. der Fam. Stauch u. Fam. Arnold;

13.00 Uhr Go Dank- u. Sühnerosenkranz

13.30 Uhr Dank- u. Sühnerosenkranz As u. Ow

Büchereinrichtungen**Büchereinrichtungen**

Liebe Leserinnen und Leser,

wir sind unter den ausgehängten Hygienevorschriften am

Sonntag, 27.3.2022 von 10.00 bis 11.15 Uhr und**Sonntag, 3.4.2022** von 9.45 bis 10.30 Uhr für euch da.

Das Büchereiteam

**Respektiere bitte die Stille
auf dem Friedhof!**

Evangelische Kirchengemeinde Neunstetten - Krautheim - Assamstadt

**Krautheimer Str. 64, Neunstetten**

Tel. 06294/45265, E-Mail: neunstetten@kbz.ekiba.de

Pfarrer Armin Bauer

Wir sind telefonisch und per E-Mail für Sie erreichbar.

Sonntag, 27.3. - Lätare**Wochenspruch**

„Wenn das Weizenkorn nicht in die Erde fällt und erstirbt, bleibt es allein; wenn es aber erstirbt, bringt es viel Frucht.“

(Johannes 12,24)

10.00 Uhr Gottesdienst, Kirche Neunstetten

Mit dem Singkreis aus Niedernhall unter der Leitung von Bärbel Berberich-Kratzer.

Der Singkreis singt von der Empore



Foto: Ev. Kirchengemeinde Neunstetten-Krautheim-Assamstadt

Mittwoch, 30.3.

15.30 Uhr Konfi-Unterricht, Ev. Kirche Krautheim



Foto: ThinkstockPhotos



**Familienzentrum
Assamstadt**

Büro des Familienzentrums**Mergentheimer Str. 6, Assamstadt****Öffnungszeiten**

Gloria Gärtner (Leitung und Koordination):

mittwochs 14.00 - 16.00 Uhr

Iris Kaspar (Caritassozialdienst, Ehe-, Familien- und Lebensberatung): nach Absprache

Sabrina Mauritz (Kindergartenleitung): nach Absprache

Außerhalb dieser Zeiten können Sie uns sehr gerne telefonisch oder per E-Mail eine Nachricht hinterlassen.

Gloria Gärtner: 0151/55027716 oder g.gaertner@caritas-tbb.de

Iris Kaspar: 0151/55027720 oder i.kaspar@caritas-tbb.de

Sabrina Mauritz: 06294/1657 oder sabrina.mauritz@kath-kras.de

Lets get Loud

Foto: Familienzentrum Assamstadt



Sportheimnachrichten

Sportheim-Öffnungszeiten

Das Sportheim ist am Wochenende wie folgt geöffnet:

Freitag ab 19.00 Uhr

Sonntag 10.30 - 12.00 Uhr zum Frühschoppen und immer zu den Heimspielen

Das Sportheim-Team

Abteilung Fußball



Klasse Leistung führt zu wichtigem Heimsieg

TSV Bobstadt/Assamstadt III - SV Eintracht Nassig III 5:2

Wir kamen gegen den Favoriten aus Nassig gut ins Spiel, schnell hatten wir erste Torabschlüsse. Nach 20 Spielminuten fand Christoph Weiland mit seiner Hereingabe Marco Bauer, der zum 1:0 einschob. Kurz darauf kassierten wir den Ausgleich nach Eckball, haben uns davon aber nicht beirren lassen und spielten weiter nach vorne. In der 35. Minute war es wieder Marco Bauer, der im Sechzehner richtig stand, den Ball sauber mitnahm und zum 2:1 versenkte. Kurz nach der Pause fand Andreas Rupp den durchstartenden Simon Ehrmann, der am letzten Verteidiger vorbei in den Strafraum eindrang und das 3:1 erzielte. Nach genau einer Stunde war Andreas Rupp dann auch selbst erfolgreich und erhöhte auf 4:1. Eine Fehlerkette im eigenen Strafraum führte nach 69 Minuten zu einem Handelfmeter für die Gäste, dieser wurde zum 4:2 verwandelt. Nur sechs Minuten später traf Christian Behringer aus wenigen Metern zum 5:2-Endstand. Somit führte die wohl beste Saisonleistung zu ganz wichtigen drei Punkten.

Kommenden Sonntag geht es auswärts gegen Brehmbachtal, hier wollen wir an unsere gute Leistung anknüpfen und weitere Punkte für den Klassenerhalt sammeln.

Vorschau

Sonntag, 27.3.2022 um 13.15 Uhr

FV Brehmbachtal 2 - TSV Bobstadt/Assamstadt III

Verdienter Heimsieg

TSV Assamstadt II - SpG Welzbachtal 4:1

Im 2. Heimspiel der Rückrunde empfingen wir die SpG Welzbachtal auf unserem Sportgelände. Die Gäste standen vor der Partie auf Rang 2 und waren somit der Favorit in einer Partie mit vielen Torraumszenen. Wir erwischten einen guten Start, versäumten es allerdings, unsere guten Chancen in der Anfangsphase zu nutzen. In der 22. Minute konnte Uwe Arnold einen

Freistoß von René Belz mit dem Kopf unhaltbar verwerten. Nach der Führung kamen wir nicht mehr richtig in die Zweikämpfe und die Gäsetakteure nutzten einen Stellungsfehler der heimischen Defensive zum Ausgleich (39. Minute). Mit diesem Ergebnis gingen beide Teams in die Pause.

Nach dem Seitenwechsel waren wir die dominierende Mannschaft, ohne jedoch gefährlich vor das Tor der Gäste zu kommen. So musste die Führung wieder durch ein Standardtor erzielt werden. Max Tremmel verwandelte in der 67. Spielminute einen Freistoß der Kategorie „Tor der Woche“ unhaltbar in den Winkel der Gäste. Das verdiente 3:1 erzielte wiederum Max Tremmel nur 4 Minuten später. Nach einem perfekt getretenen Eckball stand Max parat und versenkte den Ball per Kopf. Den Endstand erzielte Jannis Geissler nach einer guten Aktion im Gegenpressing der kompletten Heimelf. Nach der guten kämpferischen und spielerischen Leistung sind wir wieder etwas näher an die vorderen Plätze herangerückt. Die Verbesserung der tabellarischen Situation soll am kommenden Sonntag im nächsten Heimspiel gegen die Gäste des FC Wertheim-Eichel fortgeführt werden.

Vorschau

Sonntag, 27.3.2022, 15.00 Uhr

TSV Assamstadt II - FC Wertheim-Eichel

Abteilung Volleyball



Generalversammlung mit Juxturnier

Die Generalversammlung findet statt am Freitag, 6.5.2022 um 18.00 Uhr in der Asmundhalle.

Folgende **Tagesordnung** ist vorgesehen:

1. Bericht der Abteilungsleiterin
2. Bericht der Schriftführerin
3. Bericht des Kassiers
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Bericht der Jugend
6. Berichte der einzelnen Gruppen
7. Entlastung der Vorstandschaft
8. Neuwahlen
9. Sonstiges, Wünsche, Anträge

Anträge und Wünsche sind bis spätestens 30.4.2022 telefonisch oder schriftlich bei der Abteilungsleiterin Nicole Siegismund, Tel. 429354 oder per Mail an nicole.siegismund@gmx.de einzureichen. Zu der Generalversammlung sind **alle** Mitglieder der Volleyball-Abteilung herzlich eingeladen.

Im Anschluss findet das traditionelle Jux-Turnier statt. Wir freuen uns über viele Spielerinnen und Spieler, aber auch Zuschauer sind wie immer herzlich willkommen. Wie immer wird das gesellige Beisammensein neben dem Spielfeld groß geschrieben. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Alle Spieler werden gebeten, sich über Ihre Gruppenverantwortlichen anzumelden.

Nicole Siegismund, Abteilungsleiterin

FC Bayern Fanclub Assamstadt



Einladung zur Mitgliederversammlung

Am Mittwoch, **6. April 2022** findet die Mitgliederversammlung des FC Bayern Fanclub Assamstadt e.V. im Gasthaus zum Straußen in Assamstadt statt.

Beginn ist um **19.30 Uhr**.

Hierzu sind alle Mitglieder recht herzlich eingeladen.

Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Bericht des 1. Vorsitzenden
3. Kassenbericht
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Entlastung der Vorstandschaft
6. Neuwahlen
7. Anträge
8. Verschiedenes
9. Wünsche und Anträge sind bis 30. März 2022 beim 1. Vorsitzenden schriftlich einzureichen.

Auf zahlreiches Erscheinen freut sich die Vorstandschaft.

Gewerbeverein Assamstadt



Verkaufsoffener Sonntag am 27. März 2022

Passend zum Frühlingserwachen laden wir Sie herzlich am Sonntag, 27. März 2022 von 13.00 bis 18.00 Uhr zum Frühlingsshopping ein. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Foto: Gewerbeverein Assamstadt e.V.



Einladung zur ordentlichen Mitgliederversammlung

Unsere diesjährige Mitgliederversammlung findet am Montag, 4. April 2022 um 19.00 Uhr im Feuerwehrgerätehaus statt.

Hierzu lädt die Vorstandschaft herzlich ein.

Tagesordnung

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Bericht der Vorsitzenden
3. Bericht des Kassierers
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Entlastung des Vorstandes
6. Wahlen
7. Grußworte des Vertreters der Gemeinde
8. Jahresplanung 2022
9. Verschiedenes

Wünsche und Anträge sind bis spätestens 27. März 2022 schriftlich bei der Vorsitzenden einzureichen. Um Anmeldung wird gebeten.

Die Versammlung findet entsprechend der am Veranstaltungstag gültigen Vorgaben der Corona-Verordnung statt.

Die Vorstandschaft

Heimat & Kultur e.V.



Projektgruppe Wanderwege

Frühjahrswanderung Gemeindegrenze

Mit der Frühjahrswanderung möchte der Heimat- und Kulturverein die Wandersaison 2022 eröffnen. Alle Interessierten treffen sich am **Sonntag, 27. März 2022 um 14.30 Uhr** am Seehöfer Weg bei der Gams, Sitzgruppe der Wagenbaugruppe „Schneiderei“, um unsere Etappenwanderung entlang der Gemeindegrenze fortzusetzen. Wir starten letztendlich an der Klinge, wo wir im Jahr 2020, als Winterwanderung deklariert, aufgehört haben. Hier erleben wir besondere Begebenheiten, wie alter Assamstadter Steinbruch, Ausblicke, Grenzsteine und zu guter Letzt, kurz vor unserem Etappenziel an der Bobstadter Straße, eine große Doline.



Fotos: Heimat & Kultur e.V.

Die Wegvorgabe befindet sich **größtenteils im Stöckigwald**. Der Rückweg führt uns an der Dolinenhütte vorbei. So besteht die Möglichkeit, am Parkplatz des alten Waldsportplatzes, wo aktuell ein **neues Projekt „Waldbaden“** entsteht, sein Auto im Vorfeld abzustellen, um die letzten 2 km dann bequem nach Hause zu fahren. Zu guter Letzt ist zum Abschluss eine Einkehr in einer reservierten Gaststätte geplant. Die **Wanderstrecke** beträgt ca. **8 km, Gehzeit ca. 2,5 Stunden**, festes Schuhwerk ist sinnvoll. Die Organisatoren freuen sich auf eine rege Teilnahme. Die Bilder sind von der Grenzwanderung 2019.

Walter Frank

Theaterfreunde Assamstadt e.V.

Kinder- und Jugendfreizeit KIM-Hütte

Ihr seid zwischen 10 und 15 Jahre alt und habt Lust auf ein Abenteuer inmitten der Natur rund um die Nagelfluhkette? Dann seid ihr bei uns genau richtig. Wir treten unsere Reise vom 3. bis 10. September an. Egal ob Junge oder Mädchen - wir haben für alle das passende Programm parat. Anmeldebeginn ist am Montag, 11.4.2022 per Mail: kim.assamstadt@gmail.com.

Für Interessierte, die erstmals an der Kinder- und Jugendfreizeit teilnehmen möchten, bieten wir eine kurze Onlinevorstellung in Zoom inklusive Fragerunde am 4.4.2022 um 19.00 Uhr an. Hierfür könnt ihr euch ebenfalls unter kim.assamstadt@gmail.com anmelden.



Aus der Region

Grund- und Werkrealschule und Realschule Krautheim sammeln

Spenden für die Ukraine

„Wenigstens was tun gegen das Gefühl der Ohnmacht über diesen schrecklichen Krieg in der Ukraine.“

Das wollten die Schulsozialarbeiterinnen der Grund- und Werkrealschule und der Realschule Krautheim. So folgten sie gerne dem Aufruf der Zeitung „Gschwätz“ und sammelten mit den Schülerinnen und Schülern Kleidung für Frauen und Kinder, die nun Geflüchteten im Hohenlohekreis zugute kommen.

Herzlichen Dank an alle Spender*innen



Landratsamt Main-Tauber-Kreis

Informationen zur Eigentumsförderung Wohnungsbau BW

Das Land Baden-Württemberg unterstützt seine Bürger*innen, die in den eigenen vier Wänden wohnen möchten.

Ehepaare, Lebenspartner im Sinne des Lebenspartnerschaftsgesetzes, auf Dauer angelegte Lebensgemeinschaften (Paare) und Alleinerziehende mit mindestens einem haushaltszugehörigen Kind oder schwerbehinderte Menschen mit speziellen Wohnungsbedürfnissen müssen dazu die Einkommensgrenze zum aktuellen Förderprogramm Wohnungsbau BW einhalten und das geförderte Objekt ausschließlich selbst nutzen. Das zu fördernde Objekt muss familiengerecht sein. Keine Förderung erhält, wer bereits über angemessenen Wohnraum verfügt. Das gilt auch, wenn die Antragstellerin oder der Antragsteller vermögend genug ist, um sich mit angemessenem Wohnraum zu versorgen. Eine sozial orientierte Förderung ist dann nicht gerechtfertigt.

Das Land fördert folgende Maßnahmen:

- **Neubau oder Erwerb neuen Wohnraums**, wenn das Vorhaben mindestens die energetische Voraussetzung Neubausstandard Plus oder Energiesparhaus erfüllt.
- **Änderungs- und Erweiterungsmaßnahmen** zur Schaffung zusätzlichen Wohnraums einschließlich notwendiger Begleitmaßnahmen
- **Anpassungsmaßnahmen zum altersgerechten Umbau** bestehenden Wohnraums, sofern dabei die aktuellen Anforderungen der DIN 18040-2 erfüllt werden
- Erwerb bestehenden Wohnraums

und finanziert diese mit einem zinslosen Darlehen. Die Zinsverbilligung erstreckt sich auf 15 Jahre, der Tilgungssatz beträgt 2,25 Prozent.

Das Förderdarlehen für einen Haushalt mit einem minderjährigen Kind beträgt bis zu 200.000 Euro und erhöht sich mit steigender Zahl haushaltszugehöriger Kinder.

Neubauvorhaben mit der energetischen Anforderung Neubausstandard Plus erhalten zudem einen Tilgungszuschuss von 20.000 Euro. Energiesparhäuser können durch einen Tilgungszuschuss bis zu einer Höhe von 3.500 Euro zusätzlich zur Förderung des Bundes unterstützt werden.

Empfänger*innen eines Förderdarlehens, aber auch kinderlose Paare und Alleinstehende, die ein Familienzuzuwachsdarlehen der L-Bank in die Finanzierung einbeziehen, können eine Ergänzungsförderung für Kinder erhalten.

Dies gilt für Kinder, welche innerhalb von zehn Jahren zu dem Haushalt hinzukommen.

Die Ergänzungsförderung besteht nach den derzeitigen Richtlinien in einem weiteren Tilgungszuschuss bzw. beim Familienzuzuwachsdarlehen einer Zinsverbilligung.

Weitere Informationen und Antragstellung

Interessierte können Fragen zur Finanzierung direkt an die L-Bank richten, Telefonnummer 0800/150-3030 (kostenlos aus dem deutschen Festnetz oder Mobilfunknetz und -provider, Montag bis Freitag 8.00 - 16.30 Uhr).

Daneben bietet die L-Bank die Möglichkeit an, über ihren Finanzierungsrechner die Förderfähigkeit eines Vorhabens zu ermitteln (<https://finanzierungsrechner.l-bank.de>).

Weitere Informationen erteilt auch die Wohnraumförderstelle im Landratsamt, Kreisbauamt. Ansprechpartnerinnen sind Petra Oberst, Telefon 09341/82-5741 und Susanne Ebert, Telefon 09341/82-5735. Hier erfolgt auch die Antragstellung.

Basar rund ums Kind in Westernhausen

Der Kindergarten Westernhausen veranstaltet seinen Basar rund ums Kind am **Samstag, 9. April 2022** von 9.30 bis 12.00 Uhr (Einlass für Schwangere bereits um 9.00 Uhr) in der Turn- und Festhalle in Westernhausen.

Verkauft werden Kinderkleidung von Gr. 50 - 182 (wird nach Größen sortiert), Schuhe, Spielsachen, Bücher, Kinderwagen, Autositze, Fahrräder, Schulranzen, Kinderfahrzeuge, Babyausstattung und vieles mehr.

Zur kleinen Stärkung bieten wir Kuchen „to go“.

Der Erlös kommt dem Kindergarten Westernhausen zugute.

Die Eltern und Erzieherinnen des Kindergartens St. Martinus Westernhausen freuen sich auf Ihr Kommen.



Vorsicht, Abzocke!

Die dreisten Tricks der Telefonbetrüger: » **Falsche Polizeibeamte**
» **Enkeltrick**
» **Gewinnversprechen**



Geldforderung am Telefon?

Sofort die Polizei unter der Nummer 110 anrufen!

Ausführliche Tipps zu Ihrem Schutz finden Sie im Faltblatt „Vorsicht, Abzocke!“, das bei uns kostenlos erhältlich ist.

Infos unter www.polizei-bw.de und www.polizei-beratung.de

POLIZEI
BADEN-WÜRTTEMBERG



Werden Sie LEBENSRETTER! Seien Sie SPENDER.

Blutkrebs kann häufig durch eine Stammzelltransplantation geheilt werden. Ihre Stammzellspende ist vielleicht die einzige Hoffnung auf Heilung für einen todkranken Menschen.

**Registrieren Sie sich jetzt
als Stammzellspender.**

Alle Infos finden Sie unter
www.blut-ev.de/spender-werden

blut.eV
Bürger für Leukämie-
und Tumorerkrankte



blut.eV Bürger für Leukämie- und Tumorerkrankte
Wilberstr. 19 | 76356 Weingarten | www.blut-ev.de | info@blut-ev.de

ATEM HOLEN

www.lokalmatador.de/fit-gesund

Foto: damircudic/E+/Getty Images

Oft unterschätzt: Die Kraft des Atmens

Etwa 20.000 Mal am Tag atmen wir ein und aus – ganz selbstverständlich und meist ohne nachzudenken. Ohne das fortwährende Einholen von Luft vom ersten Atemzug an sind wir nicht lebensfähig. „Dabei machen wir uns viel zu selten bewusst, wie sehr das Atmen unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden beeinflusst und welches enorme Potenzial darin steckt“, sagt Miriam Rappe, Expertin für Atem-, Sprech- und Stimmtherapie.

Beim Einatmen nehmen wir mit der frischen Luft lebenswichtigen Sauerstoff auf, der über die Lunge ins Blut gelangt. Atmen wir aus, strömt hingegen verbrauchte Luft aus, die Kohlendioxid enthält. Dieser biologische Prozess steckt voller Effekte für Körper, Geist und Seele – im positiven wie negativen Sinn.

„Häufig holen wir zu schnell und zu flach Luft“, erklärt Miriam Rappe. „Bei dieser Art der Brustatmung gelangt zu wenig Sauerstoff ins Blut. Das stresst vor allem das Herz, das eng mit der Atmung verbunden ist.“ Mögliche Folgen können Herz-Kreislauf-Beschwerden sein, Bluthochdruck, Schwindel, Kopfschmerzen, Konzentrationsmangel oder auch starke Verspannungen. „Richtiges Atmen kann hingegen Stress reduzieren, Gedächtnisfähigkeiten steigern, Schmerzen lindern,

positiv stimmen und insgesamt körperlich wie seelisch stärken“, so die Therapeutin.

Richtig atmen – aber wie?

Wer die positiven Wirkungen ausschöpfen möchte, sollte seine Atmung hin und wieder selbst steuern und trainieren. Hier helfen Übungen mit dem Ziel, entschleunigt zu atmen. Denn ruhig und tief Luft zu holen, wirkt entspannend, da es die Muskeln lockert und die Atem- und Herzfrequenz beruhigt. Auch bei Erschöpfung, Angstzuständen oder Migräne kann gesundes und entspannendes Atmen spürbar helfen. Ein Übungsbeispiel: „Stellen Sie sich an ein geöffnetes Fenster und schließen Sie die Augen. Atmen sie etwa acht Minuten wechselweise je vier Sekunden konzentriert ein und dann sechs, sieben Sekunden aus“, regt Miriam Rappe an. „Entscheidend ist hierbei nicht nur,

tief in den Bauch einzuatmen, sondern auch länger aus- als einzuatmen. Denn beim Ausatmen wird der Ruhenerv aktiviert, der sogenannte Parasympathikus. Im Anschluss empfehle ich eine kurze Atempause, die für zusätzliche Entspannung sorgt.“ Mit dieser einfachen Übung sinken Puls und Blutdruck und weiten sich die Gefäße. Die entspannende Wirkung ist der Tiefschlafphase vergleichbar.

Atmung trainieren

Wie gut ruhiges Atmen tut, kann jeder am besten in einer herausfordernden Situation testen – bei hohem Arbeitsanfall, Prüfungen oder auch Problemen in Familie oder Beruf. Auch Yoga, Qigong oder Meditation sind – regelmäßig praktiziert – gute Möglichkeiten, gesundes Atmen zu trainieren. Bei Patienten mit Lungenproblemen durch eine Covid-19-Erkrankung oder auch mit Asthma oder COPD wird Atemtraining therapeutisch eingesetzt, um den gesundheitlichen Einschränkungen entgegenzuwirken. „Atmen kann uns Kraft, Ruhe und Gesundheit schenken“, sag-

Lippenbremse

Das „entschleunigte Atmen“ lässt sich üben. Bei der Lippenbremse atmet man beispielsweise langsam durch die Nase ein und durch den nur minimal geöffneten Mund aus. Die Lippen liegen leicht aufeinander, sodass noch Luft durchkommt und sie bei der Ausatmung flattern. Durch die so gebremste Ausatmung weiten sich die Bronchien. Mit der nächsten Einatmung strömt mehr Sauerstoff in die Lunge.

te Prof. Thomas Loew, Leiter der Abteilung für Psychosomatik am Universitätsklinikum Regensburg, dem Apothekenmagazin „Senioren Ratgeber“ (Wort & Bild Verlag). Das sei biologisch messbar: „Durch die Verlangsamung der Atmung gaukeln wir dem Körper eine Pause vor. Das Herz schlägt langsamer, die Verdauung springt an, die Zellen bekommen die Chance, ihren Schmutz loszuwerden“, so Loew. Zudem sinke das Stress- und Angstlevel. (ots/KKH/red)

Foto: fizkes/iStock/Getty Images Plus

Weitere Tipps rund um die Gesundheit auch auf
www.lokalmatador.de/fit-gesund



JETZT ERLEBNIS- WELT- PARTNER WERDEN!

OHNE RISIKO. OHNE FIXKOSTEN.



Die Teilnahme an der Nussbaum Erlebniswelt ermöglicht Ihnen den Verkauf Ihrer Erlebnisangebote. Wir unterstützen Sie bei der Kommunikation und der Gewinnung neuer Kunden. Profitieren Sie von unserer Reichweite und er-

reichen Sie neue Zielgruppen sowohl online als auch offline. Wir unterstützen Sie bei der Erstellung Ihres Onlineshops, auf dem Sie Ihre Erlebnisangebote ganz ohne technische Vorkenntnisse präsentieren und kaufbar machen können.



Foto: vorDa/iStock/Getty Images plus



Heidelberg Foto: jr/NM-Archiv

Baden-Württemberg

per E-Bike oder Rad erfahren

Kommen Sie mit und erleben Sie unsere Heimat aktiv und entspannt per Rad oder E-Bike. In drei Etappen von den Ausläufern des „hohen Nordens“ im Odenwald über den Schwarzwald und die Schwäbische Alb bis zum Bodensee – die Nussbaum Medien Fahrradtour Baden-Württemberg bietet Ihnen die Möglichkeit. Entweder drei Wochen am Stück oder in drei jeweils einwöchigen Abschnitten. Auf weitgehend verkehrsfreien Radwegen und mit meist moderaten Steigungen geht es an sieben Tagen in jeweils fünf Etappen von 25 bis 55 Kilometern pro Tag durchs ganze Land – von Heidelberg bis Konstanz.

Die Landpartie ist einer der führenden Radreiseveranstalter Europas mit Sitz in Oldenburg. Ob individuelle Radtour, geführte Radreisen in der Gruppe, E-Bike-Reisen, Wanderreisen oder Silvesterreisen – mit der Landpartie entdecken Sie die schönsten Regionen Europas und Amerikas auf einzigartige Weise.

WEIN TRIFFT WALD

Der erste Teil der Reise führt in den Norden des Landes. Auf dem Programm: die Badische Weinstraße und der nördliche Schwarzwald. Im Wechsel zwischen den Ausläufern des Odenwaldes, den Weinbergen Badens und entlang der Rheinauen verläuft die Strecke auf fünf Etappen attraktiv und abwechslungsreich. Städte-Highlights sind dabei Heidelberg, Karlsruhe, Rastatt und Baden-Baden. Eine Schwarzwaldquerung durch das reizvolle Murgtal auf gut beschilderten, in vielen Abschnitten verkehrsfreien Radwegen hat viel Charme. Weitere Höhepunkte: das nicht nur bei Gourmets bekannte, mit einem Michelinsterne verzierte Baiersbronn, Freudenstadt mit dem größten Marktplatz Deutschlands und das malerische Klosterstädtchen Alpirsbach. Den Abschluss bildet Horb am Neckar malerisch gelegen zwi-

NUSSBAUM Club
VORTEIL

50 € NACHLASS

Die Landpartie – Große Baden-Württemberg-Fahrradtour ab 859 € (regulärer Preis)

Rabattcode: dieLandpartie2021

JETZT MIT DEM EXKLUSIVEN NUSSBAUM CLUB RABATTCODE ONLINE BUCHEN UNTER:
<https://nussbaumclub.net/d-landpartie/>

ODER TELEFONISCH UNTER:
0441 / 57 06 83 10

schen Schwarzwald und Schwäbischer Alb.

Tag 1: Heidelberg.

Tag 2: auf der Badischen Weinstraße via Schwetzingen mit Schlossgartenbesuch nach **Weingarten** mit Weinprobe, ca. 50 km.

Tag 3: durch die Rheinauen nach Karlsruhe, über den Rheinradweg nach **Rastatt**, ca. 50 km.

Tag 4: kurze Etappe durch das Rheintal nach **Baden-Baden** mit Stadtrundgang und Freizeitmöglichkeiten, ca. 25 km.

Tag 5: entlang der Murgtalbahn nach **Baiersbronn**, alternativ die Möglichkeit, mit der historischen Murgtalbahn zu fahren (Fahrradmitnahme in der Bahn ist möglich), ca. 50 km.

Tag 6: über Freudenstadt ins Kinzigtal nach Alpirsbach mit mittelalterlicher Klosterkirche, Klosterbräu (Museumsbesuch mit Verkostung) und sehenswerter Altstadt. Letzter Abschnitt optional mit der Bahn **Horb am Neckar**, ca. 25 km / alternativ ca. 60 km.

Tag 7: Abreise oder Übergang Teil 2.

TERMINE

Tour 1: 15. Mai bis 21. Mai 2022

Tour 2: 21. August bis 27. August 2022

Tour 3: 18. September bis 24. September 2022

EXKLUSIVE
**NUSSBAUM MEDIEN-
FAHRRADTOUR**
IN KOOPERATION MIT
„DIE LANDPARTIE“



ZWISCHEN ZWEI FLÜSSEN

Auf Teil zwei der Tour erkunden Sie die Schwäbische Alb zwischen Neckar und Donau. Die große Fahrt startet in Horb am Neckar und endet in Ulm. Der Neckar darf zwischen Schwarzwald und Albvorland noch fließen, wie er will, und bahnt sich seinen Weg durch walddreiche Täler und malerische Städte wie Rottweil, die älteste Stadt im Ländle. Die Donau schlängelt sich als noch ursprünglicher Wasserlauf in tiefen Schluchten durch das Obere Donautal. Naturreservate begleiten ihren Lauf ebenso wie bedeutende Bauwerke, darunter die Erzabtei Beuron, das Schloss Sigmaringen und ein wunderbarer Radweg. Das als Geheimtipp geltende Große Lautertal mit seinen Burgen und Kalkfelsen, die Wimsener Höhle und der Blautopf als riesige Karstquelle sowie die grandiosen Bauwerke Kloster Blaubeuren und das Ulmer Münster mit dem höchsten Kirchturm Deutschlands setzen den Schlusspunkt der Radelwoche.

Tag 1: Horb am Neckar mit Zeit zur Stadtbesichtigung.

Tag 2: auf dem Neckartal-Radweg über Sulz und Oberndorf nach **Rottweil** mit dem TK-Elevator-Testturm (Eintritt enthalten), ca. 50 km.

Tag 3: von Rottweil via Spaichingen nach Tuttlingen, durch das obere Donautal über Fridingen zum **Kloster Beuron**, ca. 55 km.

Tag 4: von Beuron auf dem Donauradweg nach **Sigmaringen**, Eintritt und Führung im Hohenzollernschloss.

Tag 5: bis Zwiefaltendorf entlang der Donau, Kloster Zwiefalten, auf dem Lautertal-Radweg vorbei an Wacholderheiden, Burgruinen und Felsformationen bis **Hayingen**; Besuch der Wimsener Höhle, ca. 62 km.

Tag 6: talabwärts entlang der Lauter zurück zur Donau über Ehingen, das Allmendinger Ried nach Blaubeuren, Eintritt und Führung im Kloster, Karstquelle Blautopf, entlang der Blau nach **Ulm**, ca. 65 km.

Tag 7: **Ulm** und Rückreise.

TERMINE

Tour 1: 21. Mai bis 27. Mai 2022

Tour 2: 27. August bis 2. September 2022

Tour 3: 24. September bis 30. September 2022

AUF KULTURSCHATZSUCHE

Teil drei der Tour führt Sie in den Süden des Landes von Ulm bis nach Konstanz am Bodensee und verbindet die Natur- und Kulturschätze Oberschwabens und des Württembergischen Allgäus. Die Route führt von der ehemaligen Reichsstadt Ulm mit verwinkelten Gässchen und Fachwerkbauten in Richtung Südwesten, durch artenreiche Schutzgebiete und über sanfte Hügelketten bis zur geschichtsträchtigen Bodenseemetropole Konstanz. Unterwegs säumen immer wieder barocke Kirchen und Klöster den Weg. Wangen im Allgäu als Tagesziel lockt mit einer wunderschönen Altstadt. Von der Ferne winken die Alpen mit grandiosen Panoramablick, der Bodensee mit seinen schönen Uferpromenaden, der Zeppelinstadt Friedrichshafen, der farbenprächtigen Mainau und Konstanz sind ein großartiger Schlusspunkt. (jr)

Tag 1: Anreise nach **Ulm**, Münster mit Turmaufstieg (Eintritt enthalten), Altstadt.

Tag 2: auf dem Donau-Bodensee-Radweg entlang der Riß nach **Biberach**, ca. 47 km.

Tag 3: von Biberach auf kleinen Landstraßen nach Ochsenhausen und weiter über Radwege nach **Bad Wurzach**, ca. 42 km.

Tag 4: geführte Wanderung durch das Wurzacher Ried, ein geschütztes Hochmoor mit 800 nachgewiesenen Pflanzen- und mehr als 1500 Tierarten (im Preis enthalten), durch Felder und Auen Richtung Holzmühlweiher, einem versteckten Badesee, nach **Wangen im Allgäu**, ca. 40 km.

Tag 5: auf dem Donau-Bodensee-Radweg nach Kressbronn am Bodensee, entlang des Ufers nach **Friedrichshafen**, ca. 50 km.

Tag 6: Zeppelin- oder Dornier Museum bieten sich an für spannende Luft- und Raumfahrtsgeschichte, dann geht es auf dem Bodensee-Radweg nach Meersburg, weiter mit der Fähre zur Blumeninsel Mainau (Eintritt enthalten), Abschluss in **Konstanz** (optional mit dem Schiff), ca. 37 km.

Tag 7: Zeit für **Konstanz** und Rückreise.

TERMINE

Tour 1: 27. Mai bis 2. Juni 2022

Tour 2: 2. September bis 8. September 2022

Tour 3: 30. September bis 6. Oktober 2022



 **Die Landpartie®**



Bis zum **3. April** die **Baden-Württemberg-Fahrradtour** buchen und einen hochwertigen **2 in 1 Rucksack und Gepäckträgertasche** von **VAUDE** geschenkt bekommen.



50 € NACHLASS

bei der großen BaWü-Fahrradtour sichern!

**Ab in den Sattel mit der exklusiven Fahrradtour
der Landpartie! (regulärer Preis ab 859 €)**



NUSSBAUM Club
VORTEIL

Mehr als 5.000 Coupons für Ausflugsziele, Restaurants und Kurzurlaube in der Heimat! Mit dem Nussbaum Club Magazin sparst du bei deinem nächsten Erlebnis. Abonnenten sind automatisch und kostenlos Mitglied in der Vorteilswelt des Nussbaum Clubs.



Ab sofort in der neuen Online-Ausgabe entdecken
<https://nussbaumclub.net/magazin/>



Fotos: Die Landpartie / AdobeStock



Markantes Merkmal der Schlossarchitektur: Die Uhr von Schloss Schwetzingen – hier aus der Frontansicht auf den Ehrenhof in zweifacher Ausführung sichtbar.

ZEITUMSTELLUNG

Foto: G. Bayerl/SSG

AM SCHWETZINGER SCHLOSS TICKT EINE ECHTE „MÖLLINGER UHR“

In der Nacht zum kommenden Sonntag ist es wieder so weit: Am frühen Morgen werden die Uhren eine Stunde nach vorne „gedreht“ und auf Sommerzeit umgestellt – auch in einem die Jahrhunderte überdauernden Monument wie dem Schwetzinger Schloss.

Die Turmuhr wurde von Johann Jacob Möllinger hergestellt. Der berühmte Uhrmacher war für die Kurfürsten Carl Philipp und Carl Theodor am kurpfälzischen Hof tätig.

Technik-Freak

Der technikbegeisterte Kurfürst Carl Theodor hätte an der Zeitumstellung vermutlich seine Freude gehabt – immerhin sammelte er mit Leidenschaft hochwertige Uhren. Viele von ihnen sind mit aufwendigen technischen Spielereien ausgestattet. Eine von ihnen befindet sich am Schloss Schwetzingen – ein Uhrwerk, das drei Ziffernblätter bedient. Zwei an der Ehrenhofseite des Gebäudes, eines an der Gartenseite. Gefertigt hat sie der berühmte Uhrmacher Johann Jacob Möllinger.

Turmuhren zählten zu Möllingers Spezialitäten: So stammt etwa die Uhr des Speyerer Altpörtels oder das ursprüngliche Uhrwerk der Dreifaltigkeitskirche in Worms von ihm. Auch für die kurfürstliche Sommerresidenz zu Schwetzingen lieferte Möllinger 1763 eine neue Turmuhr – eines seiner letzten Werke: „AUF HOHEN FÜRSTERICHEN BEFEHL WURDE DIESES WERCK VON JACOB MÖLLINGER AUS NEUSTADT VERFERTIGT“ Ao. 1763.

1968 – über 200 Jahre später – wurde sie stillgelegt und durch eine elektromechanische Uhr ersetzt. Das originale Uhrwerk ist jedoch weitestgehend am alten Platz erhalten.

Daheim im Südwesten

Möllinger ist ein Kind des Südwestens: Er wurde am 4. Dezember 1695 in Dühren bei Sinsheim geboren. Das Uhrmacherhandwerk erlernte er im kurpfälzischen Frankenthal. Als Mennonit war ihm eine Tätigkeit als Handwerker eigentlich untersagt, doch Möllinger erhielt eine Sondergenehmigung. 1721 zog er ins damalige Neustadt auf der Haardt, heute Neustadt an der Weinstraße in der Pfalz. Dort gründete Möllinger seine Werkstatt, die aus bis zu zehn Gesellen bestand. Seine Uhren waren äußerst begehrt – bis nach Nordamerika lieferte er seine Waren. Am 17. Januar 1763 starb Johann Jacob Möllinger in Neustadt. Er hinterließ acht Söhne und eine Tochter, die alle den Beruf des Uhrmachers erlernten und an verschiedenen Höfen tätig waren. Am bekanntesten wurde sein Sohn Christian (1754 - 1799). Er ging nach Berlin und wurde Oberhofuhrmacher von König Friedrich dem Großen.

Seltsame Zeiten

Möchte man in Schloss Schwetzingen die Uhrzeit wissen, muss man nicht nur wegen der doppelten Uhr auf der Ehrenhofseite zweimal hinschauen. Bei den Uhren zeigen die großen Zeiger die Stunden und die kleinen Zeiger die Minuten an. Selbst Historiker, die sich intensiv mit der Geschichte des Schlosses befassen, sind ratlos. Sie halten es für wahrscheinlich, dass sich der Kurfürst mit den vertauschten Zeigern schlicht einen Scherz erlaubt hat. Vielleicht wollte er damit andeuten, dass Zeit beim Betreten seines Reiches keine Rolle spielen solle ... (ssg/red)

Munter durch die Zeitumstellung: Mit diesen Produkttipps klappt's bestimmt!



<https://kaufinbw.net/sommerzeit/>

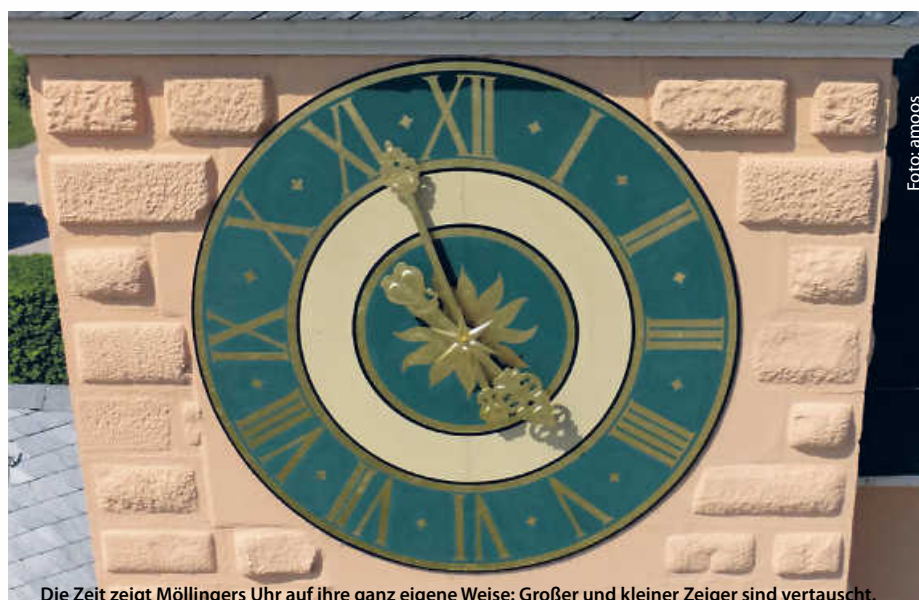


Foto: amooos

Die Zeit zeigt Möllingers Uhr auf ihre ganz eigene Weise: Großer und kleiner Zeiger sind vertauscht.

lokalmatador



Die Blüte der japanischen Zierkirschen im Schwetzinger Schlossgarten ist das erste Highlight des Frühlings. Das Blühbarometer zeigt den aktuellen Stand der Kirschblüte. Entweder über den QR-Code oder hier:

<https://lokalmatador.net/bluehbarometer/>

Alle Abonnenten sind kostenlos Mitglied im Nussbaum Club.

Lies jetzt das neue Nussbaum Club Magazin



QR-Code scannen und die schönen Seiten unserer Heimat entdecken!

<https://lokalmatador.net/nbc-magazin/>



Gewinne 1 von 10 dm-Gutscheinen!

Nimm jetzt an unserer Umfrage zum Nussbaum Club teil und gewinne mit etwas Glück 1 von 10 dm-Gutscheinen im Wert von 20 €.



QR-CODE SCANNEN ODER ONLINE TEILNEHMEN
<https://nussbaumclub.net/gewinnspiel-dm>

NUSSBAUM Club

www.nussbaum-medien.de

Anzeige



Ausgebombt – Auf der Flucht

Hunderttausende Menschen haben die Ukraine verlassen. Sie suchen als Kriegsflüchtlinge Schutz. Sie kommen auch zu uns und sie brauchen Hilfe. Frauen, Kinder, Ältere. Vertrieben aus ihrer Wohnung, aus ihrem familiären Umfeld, aus ihrer Heimat.

Unglaublich erschöpfte Menschen. Blasse, starre Blicke. Man sieht ihren Gesichtern an, welche Ängste sie ausgestanden haben, mit welchem Schmerz sie sich von Verwandten haben trennen müssen. Die jungen Frauen mit dem Baby im Arm, dem Kind an der Hand, sie haben alles zurücklassen müssen. Ihren Mann, der jetzt in den Kampf zieht, die Wohnung, den Job, die Freunde... Sie haben nichts bis auf das, was sie mit sich tragen. Sie haben Angst vor der Ungewissheit und vielleicht die vage Hoffnung auf Hilfe.

Nussbaum Medien und die Nussbaum Stiftung haben erste Maßnahmen ergriffen. Mit der „Nothilfe Ukraine – Millionen Menschen brauchen unsere Hilfe“ wird auf dem Spendenportal www.gemeinsamhelfen.de um Spenden gebeten. Das eingehende Geld geht zu 100 Prozent ohne Abzüge an die Hilfsorganisationen. Nussbaum arbeitet im Augenblick mit den Maltesern zusammen, ist offen auch für andere vertrauensvolle Hilfsorganisationen.

Jetzt ist Soforthilfe das Wichtigste. Wer Wohnraum zur Verfügung stellen kann, der gibt den Menschen Sicherheit. Spenden bewirken viel. Die Helfer der Malteser vor Ort wissen, woran es fehlt.

Bitte unterstützen Sie diese unschuldigen, hilflosen Menschen, die aus der Ukraine zu uns kommen.



Jetzt spenden auf
www.gemeinsamhelfen.de

Danke!

NUSSBAUM
Stiftung

gemeinsam
helfen.de

UNTERRICHT

Nachhilfe

Klasse 4 bis zum Abi
Mathe, Deutsch, Englisch,
sehr preiswert (gewerblich)
☎ 01579 2470304

STELLEN

jobsucheBW

Wir sind ein kleines aber führendes Online-Unternehmen im Bereich personalisierter Wäscheetiketten und Geschenkbänder und suchen für unseren Standort in Assamstadt zum nächstmöglichen Eintrittsdatum in

Teilzeit oder auf 450-Euro-Basis eine/n

Mitarbeiter/in für Produktion und Versand

Ihre Aufgaben:

- Produktion von Etiketten und Geschenkbändern
- Warenversand

Ihr Profil

- PC-Kenntnisse
- Freude an Teamarbeit

Senden Sie bitte Ihre Bewerbung an:

namensbaender.de GmbH

Carmen Düll

Am Gamburg 4

97959 Assamstadt

Oder an:

bewerbung@namensbaender.de

namens
baender.de

jobsucheBW

Das Stellenportal für Baden-Württemberg

www.jobsuchebw.de



Hohenloher
Seniorenbetreuung



Hohenloher
Krankenhaus

FRAUKE FRISCHAUF

ZUVERSICHT FÜR
EINEN NEUEN TAG

**SENIOREN BRAUCHEN
MENSCHEN WIE DICH!**

Das Hohenloher Krankenhaus und die Hohenloher Seniorenbetreuung sind ein gemeinnütziges Unternehmen in christlicher Trägerschaft und sichern mit rund 1000 Mitarbeitenden die umfassende Versorgung in Medizin und Pflege für die Menschen im Hohenlohekreis. Jährlich werden etwa 12.000 Patienten stationär und 21.500 ambulant behandelt. Mehr als 1.000 Kinder kommen jährlich in der Geburtshilfe zur Welt. In unserem Geriatrischen Kompetenzzentrum und den acht wohnortnahen Seniorenzentren vertrauen viele ältere Patienten und mehr als 400 Bewohner auf die hohe Qualität der Betreuung. Gemeinsam bilden die Einrichtungen ein zukunftsorientiertes Netzwerk unter dem Dach der BBT-Gruppe.

Zur Verstärkung unserer Teams an den Dienstorten Krautheim, Dörzbach und Schöntal suchen wir jeweils eine

HAUSWIRTSCHAFTSKRAFT (m/w/d)

Unsere Benefits

- Ein interessanter und abwechslungsreicher Arbeitsplatz mit hohem Gestaltungsspielraum und einem leistungsgerechten Einkommen orientiert am TVöD
- Interne und externe Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- Zusätzliche betriebliche Altersvorsorge (ZVK)
- Ein gutes Arbeits- und Betriebsklima in einem aufgeschlossenen und motiviertem Team
- Individuelle und moderne Arbeitszeitmodelle

Ihr Aufgabengebiet

- Mitarbeit bei der seniorengerechten Essensversorgung
- Service und Unterstützung der Bewohner bei den Mahlzeiten in familiärer Atmosphäre
- Unterstützung bei der Hausreinigung
- Alltagsbegleitung

Wir wünschen uns

- Erfahrung bei der Nahrungszubereitung
- Bereitschaft zu Schicht- und Wochenenddienst
- Freundliche und wertschätzende Umgangsformen

Macht Lust auf mehr?

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbungsunterlagen. Gerne auch in unserem Bewerberportal. Für Fragen vorab steht Ihnen **Heike Stadtmüller** unter Tel. 06294 4230-24 (für Krautheim) bzw. **Christiane Gerstner** unter Tel. 07943 94489-100 gerne zur Verfügung.

Hohenloher Krankenhaus gGmbH

Personalabteilung · Kastellstraße 5 · 74613 Öhringen

www.hohenloher-krankenhaus.net



BBT-Gruppe

DIENT. GEMEINSCHAFT. LEBEN.

**Zu einer Bewerbung gehören immer
Anschriften, Lebenslauf und Zeugnisse.**

ÄTHERISCHE ÖLE

www.lokalmatador.de/style-beauty/

Foto: Silvia Jansen/E+/Getty Images

Aromatherapie mit ätherischen Ölen

„Natürlich“ liegt im Trend, sei es beim Essen, bei der Kleidung, bei der Gesundheits- oder Körperpflege. Kein Wunder also, dass auch ätherische Öle seit Jahren immer mehr Anhänger finden. Aromatherapie boomt. Eine Expertin klärt über Anwendung, Nutzen und Wirkungsweisen ätherischer Öle auf.

„Ätherische Öle sind als komplexe Gemische nicht nur selbst unglaublich vielfältig, auch ihre Wirkungsweisen sind es“, sagt Anusati Thumm, international renommierte Aromatherapie-Expertin und Seminarleiterin bei einem Hersteller naturreiner ätherischer Öle. So können Baumöle wie Zirbenöl beispielsweise die Atmung vertiefen und für einen ruhigeren und erholsameren Schlaf sorgen. Lavendelöl hilft bei Stress oder Einschlafproblemen, Orangenöl kann Ängste und Anspannung lindern und die Konzentrationsfähigkeit verbessern. Andere Öle sind fähig, die Anzahl der Keime in der Raumluft zu reduzieren, ausgleichend zu wirken oder das Wohlbefinden zu stärken, denn ätherische Öle wirken

stets auf der körperlichen und seelischen Ebene. In Verbindung mit wertvollen Pflanzenölen lassen sich außerdem duftende und intensiv pflegende Körperpflegemischungen herstellen. Bei Fieber, Erkältungen, Muskel- und Gelenkproblemen sowie Bauchbeschwerden können Wickel, Kompressen oder Auflagen Erleichterung verschaffen.

Dosierung beachten

„Ätherische Öle können also wirklich viel. Wer aber den Eindruck erweckt, eine medizinisch behandlungsbedürftige Erkrankung könne mit ihrer Hilfe geheilt werden, handelt unseriös und abseits wissenschaft-

lich basierter Erkenntnisse“, so Thumm. Ätherische Öle sind hochkonzentrierte Pflanzenwirkstoffe, die sparsam dosiert werden sollten. Viele von ihnen sind haut- und schleimhautreizend, dürfen mit wenigen Ausnahmen nicht pur angewendet werden und nicht mit den Augen oder Schleimhäuten in Berührung kommen. Auf offenen Wunden beispielsweise haben sie nichts verloren, außer nach ärztlicher Verordnung. Für die Hautpflege sollten ätherische Öle in Mischungen mit einem Bio-Pflegeöl angewendet werden. Von einer innerlichen Einnahme ist abzuraten, außer bei als Lebensmittel deklarierten ätherischen Ölen, die zur Aromatisierung von Lebensmitteln geeignet sind. Hersteller müssen sich laut EU für eine Anwendungsform entscheiden und diese kennzeichnen. Meistens sind ätherische Öle als kosmetisches Mittel zur Hautanwendung oder zur Raumbeduftung deklariert. In beiden Fällen ist eine orale Einnahme nicht vorgesehen.

Reinheit

Hochwertige, naturreine Öle werden ausschließlich direkt aus Blättern, Blüten, Samen, Früchten, Zweigen oder Wurzeln ge-

wonnen und nicht „gestreckt“. Schwankungen der Inhaltsstoffe, die von der Bodenbeschaffenheit, dem Klima und den Witterungsverhältnissen während des Wachstums und der Erntezeit sowie der Pflanzengattung abhängig sind, werden bei dieser höchsten Qualitätsstufe nicht „nachgebessert“. 100 Prozent naturreine ätherische Öle enthalten daher auch keine biotechnologisch hergestellten Duftstoffe, die laut Gesetz als „natürlich“ bezeichnet werden dürfen. Beim Kauf sollte man darauf achten, dass das Öl naturbelassen ist, möglichst aus zertifiziertem Bio-Anbau stammt und keine synthetischen oder „naturidentischen“ Zusatzstoffe enthält. Bis heute ist es nicht möglich, naturreine ätherische Öle, die teilweise mehrere hundert Substanzen enthalten und deswegen auch als Vielstoffgemische bezeichnet werden, im Labor „nachzubauen“. Es gibt auch standardisierte ätherische Öle nach Arzneibuch. Entspricht ein natürliches ätherisches Öl den dortigen Standards nicht, werden naturidentische oder isolierte Inhaltsstoffe wie Geraniol oder Menthol zugesetzt und es ist kein naturreines Produkt mehr. (ots/PRIMAVE-RA LIFE/red)



Von Schreinerei Reinhard Reis
10 ml
12,- EUR

Produkt-Tipp

BIO-Zirbenöl

100 % naturrein

ohne jegliche Zusätze

Reinigend und klärend, fördert die Tiefenatmung, entzündungshemmend, antibakteriell, schleimlösend. Bei Konzentrationsschwäche, Schlaflosigkeit und mentaler Erschöpfung.

Hier können Sie das Zirbenöl bestellen:

<https://kaufinbw.net/bio-zirbenoel>

Mehr über ätherische Öle, Videos & Rezepturen auf
www.lokalmatador.de/webcode/thema-3390/

PFLEGE

Seit Generationen. Für Generationen.

Die Sozialstation Boxberg ist ein Garant für gute Pflege in der Region. Mit unserem breiten Angebot begleiten wir Sie in jeder Lebenslage:



"Wir pflegen gerne, weil uns unsere Arbeit sehr viel bedeutet."

Karl-Hofmann-Str. 1b • 97944 Boxberg • Telefon 07930 990099
info@sozialstation-boxberg.de • www.sozialstation-boxberg.de

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

AUTO

ACHTUNG

ANKAUF GEPFLEGTEN FAHRZEUGE
& Sportwagen – Wohn- und Reisemobile –
SUVs – Cabriolets – Old-/New- und Youngtimer
& gepflegter Fahrzeuge aller Marken & Modelle –
gerne auch hochpreisiger Fahrzeuge!

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



Überregionale Coupons
Nutzen Sie Ihre Vorteile als Leser!

Der Coupon ist **vor dem Zahlungs- bzw. Kassiervorgang** vorzulegen, um den Vorteil in Anspruch nehmen zu können. Bei individuellen Preisvereinbarungen entfällt der Vorteil. Gegen den Verfall besteht von Seiten des Couponbesitzers kein Rechtsanspruch auf Gewährung der Vorteile beim Leistungspartner. Sie können alle Partner auf www.lokalmatador.de/vorteilsclub einsehen.

NUSSBAUM Club



Fernsehturm Stuttgart
Jahnstr. 120
70597 Stuttgart
Tel. 0711 232597

20 % Rabatt auf das Familienticket*

Der 217 m hohe Fernsehturm bietet einen einmaligen Blick auf Stuttgart, die Weinberglandschaft des Neckartals, die Schwäbische Alb und den Schwarzwald.

*Familienticket umfasst 2 Eltern mit eigenen Kindern bis einschließlich 15 Jahre. Der Vorteil ist nicht mit anderen Rabatten oder Nachlässen kombinierbar. Pro Person/Tag kann der Vorteil nur einmal in Anspruch genommen werden. Keine Barauszahlung möglich.
Gültig bis 31.12.2022

Ausschneiden und vor Ort einlösen

GESCHÄFTSANZEIGEN

Aktion! Hochwertige Daunenbetten

mit hochfeinem Schweizer Daunenbatist 100% Baumwolle

Mediumwarm

480 g weiße neue 100% Gänsedaunen 135x200 cm € 329,- **269,-**

620 g weiße neue 100% Gänsedaunen 155x220 cm € 429,- **349,-**

Warm

720 g weiße neue 100% Gänsedaunen 135x200 cm € 449,- **339,-**

920 g weiße neue 100% Gänsedaunen 155x220 cm € 549,- **439,-**

Wollt ihr gut gebettet sein, kauft bei Reinhard Betten ein!

Betten- und Gardinenhaus
Matratzen- und Teppichhaus

Reinhard

BIETET GUTES IMMER GÜNSTIG!

Osterburken • Bahnhofstr. 2 • Tel. 06291 8046



Am Gamberg 2 • 97959 Assamstadt
Tel. 06294/ 427495 • Fax 06294/ 427496
www.metzgerei-schmeiser.de
Partyservice und handwerkliche Produktion

Diese Woche 29.03. bis 02.04.22 – besonders zu empfehlen:

Rinderbeinscheiben 100 g € 1,12

Feiner Fleischkäse 100 g € 1,15

Rustikaler Presskopf 100 g € 1,15

Geifertshofener Schwarzbierkäse, 45 % Fett i. Tr. 100 g € 2,85

Highlight am Mittwoch:

1 Portionswurst Lyoner - 300 g Gyros € 6,00

Zum Wochenende am Freitag & Samstag:

Rancher-Koteletts - fein gefüllt 100 g € 1,17

Probleme mit Viren?

Haben wir ihre Aufmerksamkeit? Gut!

Bei uns bekommen sie den besten
rundum EDV-Service!
Ob neuer PC, Aufrüsten oder Datensicherung
kein Problem bleibt ungelöst.

Melden Sie sich bei uns!

Manuel Landwehr
Assamstadter Weg 30
74238 Krautheim
(+49) 0 62 94 / 222 00 09
(+49) 0151 / 42 888 149
info@malait.de
www.malait.de



MaLa
IT Solutions

Ihr freundlicher IT Berater aus der Nachbarschaft