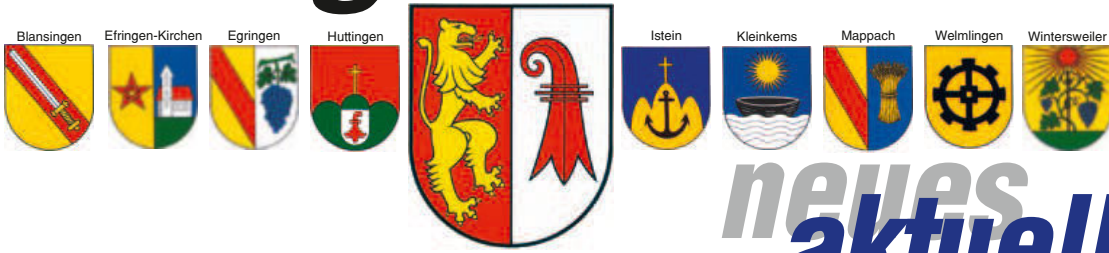


Efringen-Kirchen

Mitteilungsblatt



neues
aktuelles
nachrichten

Herausgeber: Gemeinde 79588 Efringen-Kirchen

Verantwortlich für den redaktionellen Teil: Gemeindeverwaltung, Telefon: 0 76 28/806-0

Telefax: 0 76 28/806-199, e-mail: gemeindeverwaltung@efringen-kirchen.de, Internet: <http://www.efringen-kirchen.de>

Für den Anzeigenteil/Druck: Primo-Verlag Anton Stähle GmbH & Co. KG, Meßkircher Str. 45, 78333 STOCKACH, Telefon: 0 77 71/93 17-11
Telefax: 0 77 71/93 17-40, E-mail: anzeigen@primo-stockach.de, Homepage: www.primo-stockach.de

51. JAHRGANG

DONNERSTAG, 14. JANUAR 2021

NUMMER 01/02

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
ich möchte Ihnen allen für das neue Jahr 2021
alles Gute, Glück und vor allem Gesundheit
wünschen.

Ich hoffe, dass ich Ihnen mit dem Eingangszitat
in dieser anstrengenden und eigentlich wenig
unterhaltsamen Zeit etwas Freude und Humor
vermitteln konnte. Ich bin der festen Überzeu-
gung, dass es uns gemeinsam gelingen wird,
die vor uns liegenden Zeiten und ihre Aufgaben
erfolgreich zu meistern.

Es ist mir ein besonderes Anliegen, Ihnen allen
für ihre Geduld, ihre Einsicht und Kooperation
im zurückliegenden Jahr zu danken. Wenn wir
uns diese Einstellung erhalten können, so wer-
den wir hoffentlich bald wieder aus der Krisen-
situation herauskommen.

Hierzu können wir uns alle auch weiterhin auf
die zuverlässige Arbeit von Gemeinde- und
Ortschaftsräten und Ortsvorstehern; den Eh-
renamtlichen und allen Engagierten verlassen.
Hierfür schon im Voraus und nochmals ein herz-
liches „Dankeschön!“.

Ich möchte mich aber auch bei Ihnen allen für
Ihre Anregungen, Hinweise und konstruktive
Kritik bedanken, die mich und die Mitarbeiter
der Verwaltung im vergangenen Jahr begleitet
haben.

Bleiben Sie bitte alle gesund, weiterhin hoff-
nungsvoll und geduldig!

Mit den besten Wünschen für ein gesundes und
glückliches neues Jahr 2021

Ihr
Philipp Schmid
Bürgermeister

„Anmerkung zu Luther:
Hoffnung ist mehr als ein Apfelbäumchen zu pflanzen;
Hoffnung ist die Erwartung auf Apfelmus.“
Nach Torsten Marold



Ärztlicher Notfalldienst

- Efringen-Kirchen und alle Teilorte:** Tel. 116 117
An Wochenenden und Feiertagen von Sa., 07:00 Uhr bis, Mo., 07:00 Uhr und werktags von 19:00 Uhr bis 07:00 Uhr
- Augenärztlicher Notdienst** Tel. 116117
- Zahnärztlicher Notfalldienst** Tel. 01803 22 25 55 35
(nur für Wochenende und Feiertage)
- Krankentransport** Tel. 19 222
- für Kinder und Jugendliche**
Notfallpraxis am St. Elisabethen Krankenhaus,
Feldbergstraße 15, 79539 Lörrach
Öffnungszeiten: Samstag, Sonn- und Feiertag: von 8 bis 21 Uhr.
Außerhalb der Sprechstundenzeiten übernehmen die Ärzte des St. Elisabethenkrankenhauses die Versorgung. Unter der Woche ist der diensthabende Arzt unter der zentralen Rufnummer 116117 zu erreichen.
- www.apotheken.de oder**
www.aponet.de Tel. 0800 00 22 8 33
(kostenlos aus dem Festnetz)
- Tierärztlicher Notfalldienst:**
17.01.2021
Jost, Binzen Tel. 0152 / 51625783
Dr. Dörflinger, Schopfheim Tel. 076 22 / 640 20
Außerhalb der Sprechzeiten an Werktagen/Feiertagen und Wochenenden erreichbare Praxen und Kliniken: www.tiernotdienst-loerrach.de oder zentrale Notdienstnummer **076 21 / 35 28**.

Notrufnummern

- Polizei** Tel. 110
- Feuerwehr und Rettungsdienst** Tel. 112
- Giftnotruf (Uni Freiburg 24 h)** Tel. 0761 19240

Störungsdienste

Störungen in der Versorgung

- Erdgas (badenova)** Tel. 0800 2767767
- Strom (EnergieDienst Netze GmbH)** Tel. 07623 92-1818
- Wasser (Eigenbetrieb Wasserversorgung Efringen-Kirchen)** Tel. 07628 800249
- Abwasser (Eigenbetrieb Abwasserversorgung Efringen-Kirchen)** Tel. 07628 942199

Pflege- und Beratungsdienste

- Ambulante Hospizgruppe Kandern**
Tel. 07626 / 9 14 12-0 oder 0151 / 238 24 186
- Ambulanter Dienst Schloss Rheinweiler**
Schlossstraße 1, 79415 Bad Bellingen
Tel. 07635/31 36-202, Fax 07635/31 36-205
E-Mail: andrea.gerbel@loerrach-landkreis.de
- Betreuungsdienst Schell**
Häusliche Pflege von Demenzerkrankten, Nachbarschaftshilfe
Tel. 07621/79 04 15 E-Mail: wschell@gmx.de
- Caritasverband für den Landkreis Lörrach** - Sozialberatung, Schuldnerberatung, Schwangerenberatung, Hilfen für psychisch kranke Menschen, offene Jugendarbeit, Beratung und unterstützende Dienste für demente Menschen und Angehörige, Tel.: 07621/92 75 0, Fax: 07621/92 75 17
E-Mail: info@caritas-loerrach.de, www.caritas-loerrach.de
- Elterntelefon**, Tel. 0800/111 0 550
(Mo u. Mi 9-11 Uhr, Di u. Do 17-19 Uhr)
Anonyme Beratung in Erziehungsfragen
- Fachdienst Kindertagespflege**, Hauptstr. 311 (2. OG), 79576 Weil am Rhein, Tel. 07621/16 27 27 0.
Sprechzeiten: Di 16-18 Uhr, Mi u. Fr 9-12 Uhr,
E-Mail: kindertagespflege@wufi-weil.de
- Frauenberatungsstelle Lörrach**
Beratung für Frauen und Mädchen ab dem 14. Lebensjahr bei sexualisierter, körperlicher und psychischer Gewalt, bei Ess-Störungen und in Trennungs- und Krisensituationen. Beratung von Bezugspersonen und Fachkräften.
Tel. 07621/8 71 05, E-Mail: frauenberatungsstelle@web.de

- Frauenhaus Lörrach**, Tel. 07621/4 93 25
Zufluchtsort für misshandelte Frauen und ihre Kinder (Tag und Nacht erreichbar)
- Freie Selbsthilfegruppe - COPD Atemwegserkrankungen g.V. Region Weil am Rhein**
Information: Brigitte Grosse, Tel.: 07621/7 39 53 oder Karlheinz Gottstein, Tel.: 07626/84 58
- Integrationsfachdienst Lörrach – Waldshut**
Diakonisches Werk der Ev. Kirchenbezirke im Landkreis Lörrach
Begleitung und Beratung für Arbeitgeber und Arbeitnehmer mit Behinderung, Tel.: 07621/16 23 23-0 #
Fax: 07621/16 23 23-19
- Pflegestützpunkt**
Information - Vermittlung - Beratung im Alter, bei Behinderung, bei Pflege sowie in deren Vor- und Umfeld
Terminvergabe: Tel. 07621/4 10-50 33,
E-Mail: info@pflgestuetzpunkt-loerrach.de
Rathaus Efringen-Kirchen,
Freitag (ungerade Kalenderwochen) von 9 – 12 Uhr,
Tel. 07628/8 06-121
- Kirchliche Sozialstation Südliches Markgräflerland e. V.**
Kranken- und Altenpflege, Pflege Schwerstkranker, Haus- und Familienpflege, Hausnotrufdienst, Gesprächskreis für Pflegenden Angehörige, Papierweg 18, 79400 Kandern
Tel. 07626/9 14 12-0, Fax 07626/9 14 12-22
- Krebsinformationsdienst** des Deutschen Krebsforschungszentrums für Betroffene und Ratsuchende:
Tel. 0800/420 30 40, kostenfrei, täglich von 8 – 20 Uhr
E-Mail: krebsinformationsdienst@dkfz.de
Internet: www.krebsinformationsdienst.de und www.facebook.de/krebsinformationsdienst
- Nikolauspflege**, Tel. 0711/65 64-0
Beratung- und Grundrehabilitationsangebot für sehbehinderte und blinde Erwachsene
- Kinder- und Jugendtelefon „Nummer gegen Kummer“:**
kostenlose und anonyme Beratung,
montags bis samstags von 14-20 Uhr unter 116 111.
Oder online unter: www.nummergegenkummer.de.
- Pflegedienst „Lebenszeit“**
Häuslicher Alten- und Krankenpflegedienst
Hauptstraße 17, 79400 Kandern, Tel. 07626/97 74 270,
mobil: 0151/276 23 992, FAX: 07626/977 42 711
E-Mail: info@pflgedienst-lebenszeit.de
www.pflgedienst-lebenszeit.de
- Pflegedienst „Rhein“**
Privater häuslicher Alten- und Krankenpflegedienst
Hauptstr. 32, 79589 Binzen Tel.: 07621/1 63 27 32,
Fax.: 07621/1 62 40 03,
E-Mail: kontakt@pflgedienst-rhein.de,
www.pflgedienst-rhein.de
- Seniorenzentrum Efringen-Kirchen**
Tagespflege, über den Tag fachkundig betreut, abends wieder in den eigenen vier Wänden. Isteiner Straße 6, 79588 Efringen-Kirchen, Tel. 07628/8 03 80-150,
E-Mail: tagespflege@seniorenzentrum-efringen-kirchen.de
- Telefonseelsorge Lörrach-Waldshut** (für Erwachsene)
Tel. 0800/111 0 111 oder Tel. 0800/111 0 222
Tag und Nacht, auch an Wochenenden erreichbar

Gemeinde Efringen-Kirchen

- Hauptstraße 26, 79588 Efringen-Kirchen**
Telefon 07628 806-101
Telefax 07628 806-199
info@efringen-kirchen.de

www.efringen-kirchen.de

Öffnungszeiten:

- Mo - Fr 8.00 - 12.00 Uhr
- Do 8.00 - 12.30 Uhr und 14.00 - 19.00 Uhr
nach Vereinbarung bis 19.30 Uhr

LOS GEHT'S!




Retten. Löschen. Bergen. Schützen.

HELFEN!



Die Freiwillige Feuerwehr braucht Dich. Das weißt Du. Aber wenn du ehrlich bist – Du brauchst auch die Feuerwehr. Denn hier kannst Du mal etwas ganz Neues und Herausforderndes erleben. Hier kannst Du Dich an modernster Technik austoben. Hier findest du ein soziales Umfeld mit total sympathischen Leuten.



Freiwillige Feuerwehr
Efringen-Kirchen

Seit über 150 Jahren rettet, löscht, birgt und schützt die Freiwillige Feuerwehr Efringen-Kirchen die Bürger*innen unserer Gemeinde.

In 9 Einsatzabteilungen leisten heute über 250 Feuerwehrleute – von jung bis alt – ihren freiwilligen Dienst am Nächsten. Bei über 100 Einsätzen im Jahr und regelmäßigen Übungen werden hierbei Erfahrungen und Kenntnisse gesammelt, die Kameradschaft gefördert und der Bevölkerung und Mitmenschen geholfen.

Haben wir dein Interesse geweckt? Dann kontaktiere uns!

Kommandant: Philipp Haberstroh
E-MAIL: philipp.haberstroh@efringen-kirchen.de
Telefon: 07628/ 803 141

Freiwillige Feuerwehr Efringen-Kirchen
Isteiner Straße 10 in 79588 Efringen-Kirchen

Amtliche Bekanntmachungen



AUSSCHREIBUNG

Nach dem Agrarstrukturverbesserungsgesetz ist über die Genehmigung zur Veräußerung nachstehenden Grundeigentums zu entscheiden:

Gemarkung: Binzen, Gewinn: Im Berg
Flst.Nr.: 7751, Fläche: 3919 m², Nutzung: Ackerland
Gemarkung: Binzen, Gewinn: Brühl
Flst.Nr.: 8784, Fläche: 1776 m², Nutzung: Ackerland
Gemarkung: Binzen, Gewinn: Sommermatten
Flst.Nr.: 8822, Fläche: 11142 m², Nutzung: Ackerland

Aufstockungsbedürftige Landwirte können ihr Interesse unter Angabe der Kaufpreisvorstellung dem Landratsamt Lörrach, Palmstraße 3, 79539 Lörrach bis zum 05.02.2021 schriftlich mitteilen.

Die Flurstücke sind nicht zusammenhängend.
Es muss für alle Flurstücke geboten werden.

**Bitte folgendes Aktenzeichen angeben: 8481.02 / 3130
GV-2020-0723**

Stellenangebot

Die Gemeinde Efringen-Kirchen ist eine Flächengemeinde und liegt im Zentrum des südlichen Markgräflerlandes. Sie hat ca. 8.600 Einwohner, verteilt auf den Zentralort sowie acht Teilorte und beschäftigt insgesamt rund 170 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Zum **nächstmöglichen Zeitpunkt** ist die Stelle eines **Sachbearbeiters (m/w/d) für das Finanzwesen / Buchhaltung Teilzeit 50 %**

neu zu besetzen.

Aufgabenschwerpunkte:

- Kontierung und Verbuchung von Eingangs- und Ausgangsrechnungen der Gemeindeverwaltung und ihrer Eigenbetriebe
- Sachbearbeitung der Kreditoren- und Debitorenbuchhaltung (bzw. Geschäftspartner)
- Sachbearbeitung im Rechnungswesen/Finanzbuchhaltung
- Vorbereitende Jahresabschlussarbeiten

Wir erwarten:

- eine abgeschlossene Ausbildung zum/zur Verwaltungsfachangestellten mit Kenntnissen im neuen Kommunalen Haushaltswesen/kaufmännischer Buchführung oder
- eine abgeschlossene kaufmännische Ausbildung und die

Bereitschaft sich in die kommunale Finanzbuchhaltung einzuarbeiten

- einen versierten Umgang mit der EDV (SAP und Excel)
- ein hohes Maß an Sorgfalt und eine schnelle Auffassungsgabe
- Aufgeschlossenheit und Teamfähigkeit

Die Gemeinde Efringen-Kirchen hat zum 01.01.2018 auf das doppelte Haushaltswesen umgestellt und arbeitet seither mit der Software SAP NKHR-SMART.

Wir bieten:

- eine unbefristete Teilzeitstelle im Umfang von 50%
- eine verantwortungsvolle Tätigkeit im kleinen Kollegenteam
- Vergütung nach dem Tarifvertrag im öffentlichen Dienst unter Berücksichtigung der beim vorherigen öffentlichen Arbeitgeber erworbenen Stufe sowie die Zusatzversorgung des öffentlichen Dienstes

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, freuen wir uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung **bis zum 31.01.2021 an die Gemeindeverwaltung, Hauptstraße 26, 79588 Efringen-Kirchen oder gerne per Mail an jobs@efringen-kirchen.de.**

Für Auskünfte steht Ihnen unsere Kämmerin Frau Daniela Wenk unter 07628/806-310 gerne zur Verfügung. Weitere Informationen über die Gemeinde finden Sie auf unserer Homepage unter www.efringen-kirchen.de.

Allgemeines

GEMEINDEVERWALTUNG EFRINGEN-KIRCHEN



Räum- und Streupflicht

Wir weisen auf die Pflichten der Straßenanlieger nach der Streupflichtsatzung der Gemeinde Efringen-Kirchen hin. Demnach sind die Anlieger, sowohl Eigentümer als auch Besitzer (z. B. Mieter oder Pächter) von Grundstücken, die an einer Straße liegen oder von ihr einen Zugang oder eine Zufahrt haben, verpflichtet, Gewege von Schnee und Eis zu räumen und gegebenenfalls mit abstumpfendem Material zu bestreuen, so dass sie von Fußgängern möglichst gefahrlos benutzt werden können.

Bei einseitigen Gewegen sind nur diejenigen Anlieger verpflichtet, auf deren Seite der Geweg verläuft. Falls auf keiner Seite Gehwege vorhanden sind, sind alle Anlieger zur Räumung einer Fläche von mindestens 1,50 m Breite verpflichtet. Die Verpflichtung besteht an

Werktagen von 07:00 bis 20:00 Uhr und an
Sonn- und Feiertagen von 08:00 bis 21:00 Uhr.

Bei Bedarf ist wiederholt zu räumen und zu streuen.

Die Verletzung der Verpflichtung kann mit Bußgeldern geahndet werden. Weiterhin haften die verpflichteten Anlieger auch zivilrechtlich für Sach- und Personenschäden, die bei Unfällen durch mangelhaftes Räumen und Streuen der Gehwege entstehen.

Bürgermeisteramt

Ortsbegrüßungsschilder - Veranstaltungshinweise

Seit einiger Zeit stehen an den Hauptzufahrten zur Gemeinde (A 5, L 137, B 3) die Ortsbegrüßungsschilder. Auf diesen Schildern besteht die Möglichkeit, besondere Veranstaltungen von Vereinen und Organisationen sowie Jubiläen von Ortschaften anzukündigen. Es ist allerdings vorgesehen, nur Veranstaltungen mit überregionaler Ausstrahlung zu berücksichtigen.

Interessenten können sich beim Bürgermeisteramt (Hauptamt, Tel. 806-202) melden. Die Werbung auf den Tafeln erfolgt einheitlich und gegen einen Kostenbeitrag von ca. 100,- €. Darin sind enthalten die Herstellung der Werbefolien sowie die Anbringung und Entfernung auf allen 4 Tafeln.

Nähere Auskünfte hierzu erteilt das Hauptamt.

Bürgermeisteramt

ABFALLWIRTSCHAFT LANDKREIS LÖRRACH



Eingeschränkter Deponiebetrieb

Abfallwirtschaft bittet darum Anlieferungen zu verschieben oder sie auf ein Minimum zu beschränken

Aufgrund von Wartungsarbeiten an der Waage der Deponie Scheinberg kommt es am **20. und 21. Januar 2021** zu Einschränkungen im Waagebetrieb. Um die Arbeiten durchführen zu können, wird es Zufahrtsregulierungen geben. Dies kann zu erheblich längeren Wartezeiten führen. Die Abfallwirtschaft bittet darum Anlieferungen nach Möglichkeit zu verschieben. Kunden sollen Anlieferungen von Grünabfall in dieser Woche bitte vermeiden und stattdessen auf die anderen Annahmestellen bei Bühler, Lützelshausen und örtlich bekannte Grünschnittsammelplätze ausweichen.

Aktuelle Informationen finden Sie unter www.abfallwirtschaft-loerrach-landkreis.de.

Grünabfall-Annahme und Kompostverkauf

Kostenfreie Annahme von Kleinmengen bis 2m³, größere Mengen kostenpflichtig.

Buck

Aussiedlerhöfe bei Tannenkirch-Gupf

Mittwoch	15:00 - 17:00 Uhr
Freitag	15:00 - 17:00 Uhr
Samstag	10:00 - 15:00 Uhr

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an die zuständige Stelle: Landratsamt Lörrach, Servicecenter der Abfallwirtschaft, Tel. 076 21 / 410 - 1999.

So klappt die Leerung auch im Winter – Nutzungstipps für die Biotonne

Wenn es in der kalten Jahreszeit zu frieren beginnt, können auch die häufig feuchten Bioabfälle in der Tonne einfrieren und dadurch die Leerung erschweren. Um das zu verhindern, sollten Sie auf folgendes achten:

Tipp 1: Boden mit Zeitungspapier auslegen

Um ein Festfrieren am Boden zu verhindern, legen Sie die Biotonne mit einer Lage Zeitungspapier aus. Streuen Sie zerknülltes Zeitungspapier, Sägemehl oder ähnliches zwischen die Bioabfälle. Das bindet Feuchtigkeit und verhindert ein Zusammenfrieren der Abfälle.

Tipp 2: Abfälle einwickeln

Wickeln Sie zusätzlich feuchte Abfälle in Zeitungspapier ein.

Tipp 3: Vor Witterung schützen

Wenn möglich, sollte die Biotonne über den Winter in der Garage, an einem anderen witterungsgeschützten Platz oder an der Hauswand stehen. Stellen Sie die Biotonne erst am Tag der Leerung zur Abfuhr ab 6:00 Uhr bereit.

Tipp 4: Festfrieren des Deckels verhindern

Klemmen Sie ein zerknülltes Stück Zeitungspapier oder ein Stück Karton zwischen Deckel und Tonne. So liegt der Deckel nicht auf und kann nicht festfrieren. Das Papier fällt bei der Leerung einfach mit in den Müllwagen. Der offene Deckel ist in dem Fall unproblematisch, da es bei Minusgraden keine entweichenden Gerüche gibt.

FREIWILLIGE FEUERWEHR DER GEMEINDE EFRINGEN-KIRCHEN**Für Sie im Monat Dezember 6 mal im Einsatz****01.12.2020**

- 08:59 Uhr, Efringen-Kirchen, Brandeinsatz BMA
- Falschalarm, eine Abteilung im Einsatz

11.12.2020

- 20:57 Uhr, Istein, Brandeinsatz Wohnungsbrand
- Falschalarm, drei Abteilungen im Einsatz

22.12.2020

- 14:49 Uhr, Efringen-Kirchen, Technische Hilfeleistung Ölspur auf Straße, eine Abteilung im Einsatz

27.12.2020

- 18:55 Uhr, Egringen, Technische Hilfeleistung Baum auf Straße, eine Abteilung im Einsatz

28.12.2020

- 00:24 Uhr, Efringen-Kirchen, Technische Hilfeleistung Baum auf Straße, eine Abteilung im Einsatz

30.12.2020

- 22:53 Uhr, Mappach, Technische Hilfeleistung Gasgeruch, zwei Abteilungen im Einsatz

Gesamt: 2 Brandeinsätze, 4 Hilfeleistungseinsätze**24h täglich, 7 Tage die Woche, 365 Tage im Jahr für Sie da!**

Bei Interesse an unserer Arbeit wenden Sie sich bitte an Ihren Abteilungskommandanten oder besuchen Sie unsere Homepage.

Ihre Freiwillige Feuerwehr Efringen-Kirchen
Philipp Haberstroh, Kdt.
www.ffw-efringen-kirchen.de

TERMINVEREINBARUNG BEIM PASS- UND MELDEAMT

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass die Beantragung von Personalausweisen und Reisepässen **nur mit Terminvereinbarungen** möglich ist.

Bitte wenden Sie sich in dieser Angelegenheit an Frau Riesterer (Tel.-Nr. 806-232) oder an Frau Waßmer (Tel. 806-233).

Pass- und Meldeamt

MEDIATHEK EFRINGEN-KIRCHEN**Öffnungszeiten**

Montag	Geschlossen
Dienstag	14 – 18 Uhr
Mittwoch	9 – 13 Uhr
Donnerstag	14 – 19 Uhr
Freitag	9 – 13 Uhr
	14 – 18 Uhr

Die Mediathek bleibt aufgrund der Verlängerung der Corona-Maßnahmen bis einschließlich Montag, 01. Februar 2021 geschlossen.

Die Leihfristen, die in diesen Zeitraum fallen, werden kontinuierlich angepasst und verlängert, es entstehen keine Mahngebühren.

Abholservice

Durch eine Änderung der gültigen Corona-Landesverordnung ist es ab sofort erlaubt, neue Medien auszuleihen: Dies ist nur mit **vorhergehender Terminvereinbarung** möglich, telefonisch unter 07628/806-333 (auch AB) oder per E-Mail unter mediathek@efringen-kirchen.de.

Die gewünschten Medien können über unseren Web-Katalog FINDUS unter der Adresse www.efringen-kirchen.de/buch ermittelt werden, die Titel müssen als „verfügbar“ gekennzeichnet sein. Bitte nennen Sie uns telefonisch oder per E-Mail die in Frage kommenden Medien, wir stellen diese dann zusammen. Es sind auch pauschale Wünsche (zum Beispiel *fünf Krimis* oder *drei Comics* etc.) möglich.

Sie erhalten einen **genauen Termin zur Abholung** Ihres Pakets. Dieses können Sie bereits verbucht an der Tür der Mediathek entgegennehmen. Nur bei dieser Gelegenheit können auch Medien zurückgegeben werden.

Kommen Sie also bitte nur zur Mediathek, wenn Sie zuvor einen Termin erhalten haben.

Onleihe

Das digitale Medienangebot der Mediathek, die Onleihe Dreiländereck, ist während der gesamten Schließung zugänglich. Mit der Onleihe Dreiländereck kann eine große Bandbreite digitaler Medien - eBooks, eAudios, eMagazines und ePapers - rund um die Uhr und bequem von zu Hause aus auf verschiedene Endgeräte (Handy, Tablet, PC, E-Reader) entliehen werden. Es genügt ein gültiger Benutzerausweis für die Mediathek. Die Internet-Adresse lautet www.onleihe.de/dreilaendereck.

Das Team der Mediathek

MUSEUM IN DER „ALTEN SCHULE“



Museum in der ‚Alten Schule‘
Nikolaus-Däublin-Weg 2,
79588 Efringen-Kirchen, Tel. 07628/82 05

Öffnungszeiten:

- die Dauerausstellung bleibt virusbedingt bis auf weiteres geschlossen

Eintritt:

- frei -

Sprech-/Bürozeiten:

- das Büro bleibt vom 10.12.2020 bis 15.01.2021 geschlossen

Museum in Corona-Zeiten

Leider bleibt - virusbedingt - unsere Dauerausstellung weiterhin geschlossen.

Jahresurlaub Museumsleitung

Wie gewohnt sperrt das Büro des Museums zu: Jahresurlaub. Letzter Arbeitstag 2020 war der Mittwoch, 9. Dezember. Nächster Arbeitstag wird dann erst wieder **Montag, der 18. Januar 2021** sein. Bei dringenden Fragen wenden Sie sich in dieser Zeit bitte an das Rathaus.

Maren Siegmann

VOLKSBILDUNGSWERK



Liebe Kursteilnehmer,
wegen der anhaltenden Pandemie kann das Volksbildungswerk Efringen-Kirchen nicht mit den im Programm festgelegten Daten starten. Wir informieren Sie, sobald wir die Schulen und Hallen wieder nutzen dürfen!

Hannelore Kapfer

Leiterin Volksbildungswerk Efringen-Kirchen

Zu verschenken

Sie können an dieser Stelle kostenlos mitteilen, wenn Sie etwas zu verschenken haben. Über viele Dinge, die für Sie überflüssig sind, würde sich ein anderer freuen.

Sie schreiben auf einen Zettel, was Sie verschenken möchten, Ihren Namen und Ihre Telefonnummer. Den Namen benötigen wir, falls Rückfragen erforderlich sind, er wird nicht veröffentlicht. Den Zettel geben Sie im Rathaus an der Zentrale ab oder schicken ihn per Fax (076 28 / 806-299), oder Sie schicken eine E-Mail (info@efringen-kirchen.de). Im nächsten Mitteilungsblatt werden wir abdrucken, was Sie zu verschenken haben.

Bürgermeisteramt

- Runder Gartentisch, anthrazit, Durchmesser 100 cm
- Graf Weinfass oval, 60 Liter, mit Gärglocke
- Metabo Heckenschere elektrisch
Tel. 07628 / 94 29 27

- Einzelbett (Maße: 90cm x 100cm), Holz, weiß, incl. Rost, Matratze und Unterschubladen
Tel. 07628 / 20 11

- 5 alte Ski, verschiedene Größen von 140 bis 190 cm
Tel. 07628 / 348 90 48

Mikrozensus 2021

– Start in Baden-Württemberg

Kontaktlose Teilnahme über das Internet und Telefon möglich

Am **11. Januar** startet der Mikrozensus 2021. Das Statistische Landesamt Baden-Württemberg bittet hierfür alle ausgewählten Haushalte um Unterstützung bei der Durchführung der größten jährlichen Haushaltserhebung in Deutschland. Über das ganze Jahr 2021 hinweg werden in mehr als 900 Gemeinden rund 55 000 in einer Stichprobe ausgewählte Haushalte in Baden-Württemberg zu ihren Lebensverhältnissen befragt. Dies sind rund ein % der insgesamt rund 5,3 Millionen Haushalte im Südwesten. Das Statistische Landesamt wird bei der Durchführung des Mikrozensus durch Erhebungsbeauftragte unterstützt.

Die Ergebnisse des Mikrozensus sind eine wichtige Informationsquelle zu den Lebens- und Arbeitsbedingungen der Menschen. Dabei geht es beispielsweise um Fragestellungen in welchen Familienkonstellationen Menschen leben, welche Bildungsabschlüsse von der Bevölkerung erworben wurden oder um Belange, welche die Gesundheit der Menschen betreffen.

Was ist der Mikrozensus?

Der Mikrozensus ist eine amtliche Haushaltsbefragung bei jährlich einem % der Haushalte. Die Ergebnisse dienen als Grundlage für politische, wirtschaftliche und soziale Entscheidungen von Bund und Ländern. Sie stehen auch der Wissenschaft, der Presse und interessierten Bürgerinnen und Bürgern zur Verfügung. Über 1 000 Haushalte werden pro Woche befragt. Die Angaben beziehen sich dann jeweils auf eine vorab bestimmte feste Berichtswoche. Die erteilten Auskünfte der Haushalte sind die Grundlage für Meldungen wie »Abhängigkeit der Frauen von den Einkünften der Angehörigen gesunken« und »Die meisten Zuwanderungen nach Baden-Württemberg erfolgen aus EU-28-Staaten«.

Für den Mikrozensus sind dabei die Auskünfte von Menschen im Rentenalter, von Studierenden sowie von Erwerbslosen genauso wichtig wie die Angaben von Angestellten oder Selbstständigen. Gerade in Zeiten der Corona-Pandemie, die wirtschaftliche und soziale Veränderungen auslöst, ist der Mikrozensus von Bedeutung. Die Auskünfte der auskunftspflichtigen Haushalte helfen, die aktuelle Lage der Bevölkerung in Baden-Württemberg abzubilden. Durch die Teilnahme am Mikrozensus tragen die Haushalte beispielsweise dazu bei, zu ermitteln, welche Auswirkungen die Pandemie selbst sowie die Maßnahmen zu ihrer Eindämmung auf die Erwerbstätigen

keit sowie das Einkommen der unterschiedlichen Bevölkerungsgruppen in Baden-Württemberg haben.

Neben dem Grundprogramm zur wirtschaftlichen und sozialen Lage der Bevölkerung sowie den seit 1968 erhobenen Fragen der EU-weit durchgeführten Erhebung zur Arbeitsmarktbeteiligung werden seit 2020 zusätzlich Fragen der ebenfalls EU-weit durchgeführten Befragung zu Einkommen und Lebensbedingungen (englisch: Statistics on Income and Living Conditions, SILC) gestellt. Ab dem Jahr 2021 wird das Frageprogramm des Mikrozensus um die ebenfalls EU-weit durchgeführte Erhebung zur Internetnutzung in privaten Haushalten (IKT) ergänzt.

Wer wird für die Erhebung ausgewählt?

In einem mathematischen Zufallsverfahren werden zunächst Gebäude bzw. Gebäudeteile gezogen. Für die Ermittlung der Namen der Haushalte in den Gebäuden setzt das Statistische Landesamt vor Ort auch Erhebungsbeauftragte ein. Die Erhebungsbeauftragten können sich bei der Namensermittlung mittels eines Ausweises als Beauftragte des Statistischen Landesamtes Baden-Württemberg ausweisen. Für die zufällig ausgewählten Haushalte **besteht Auskunftspflicht**. Sie werden innerhalb von maximal fünf aufeinander folgenden Jahren bis zu viermal im Rahmen des Mikrozensus befragt.

Wie läuft die Befragung ab?

Ausgewählte Haushalte finden im Briefkasten ein Anschreiben des Statistischen Landesamtes Baden-Württembergs vor. Darin sind meist die Zugangsdaten für die Meldung über das Internet enthalten. Alternativ wird das Schreiben von einem Erhebungsbeauftragten versandt oder eingeworfen und enthält die Bitte, mit diesem Kontakt für ein Interview am Telefon aufzunehmen. Aufgrund der Corona-Pandemie können Interviews vor Ort mit den Erhebungsbeauftragten, wie bis 2020 üblich, aktuell nicht stattfinden. Die Auskünfte können für alle Haushaltsmitglieder von einer volljährigen Person erteilt werden.

Die Durchführung der Befragung mit unseren Erhebungsbeauftragten ist für die Haushalte die einfachste und zeitsparendste Form der Auskunftserteilung. Alternativ haben diese auch die Möglichkeit, den Fragebogen via Onlineformular oder in Papierform selbst auszufüllen. Vor allem für Auskunftspflichtige die keinen Zugang zum Internet haben, bietet das Statistische Landesamt auch Telefoninterviews mit Mitarbeitenden des Amtes an.

Alle erhobenen Einzelangaben unterliegen der **Geheimhaltung** und dem **Datenschutz** und werden weder an Dritte weitergegeben noch veröffentlicht. Nach Eingang und Prüfung der Daten im Statistischen Landesamt werden die Erhebungsmerkmale getrennt von den personenbezogenen Hilfsmerkmalen gespeichert. Im weiteren Verlauf werden die Daten anonymisiert und zu aggregierten Landes- und Regionalergebnissen weiterverarbeitet.

Weitere Informationen zum Mikrozensus sind auf der Mikrozensus-Homepage des Statistischen Verbundes abrufbar.

Kontakt

Pressestelle: Tel.: +49 711 641-2451,
E-Mail: pressestelle@stala.bwl.de
Fachliche Rückfragen: Tel.: +49 711 641-2099,
E-Mail: Claudia.Kuhnke@stala.bwl.de

CARITASVERBAND FÜR DEN LANDKREIS LÖRRACH



Angebote für Menschen mit Demenz

Der **Caritasverband für den Landkreis Lörrach e. V.** bietet vier Entlastungsangebote für Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen an:

- Demenzberatungsstelle
- Betreuungsgruppe für an Demenz Erkrankte in Kandern (freitags)
- Häuslicher Betreuungsdienst
- Gesprächskreise für Angehörige

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an: Demenzberatungsstelle, Graziella Scholer, Haagener Str. 15a, 79539 Lörrach, Teil 076 21 / 92 75-21, graziella.scholer@caritas-loerrach.de

DB MOBILITY NETWORKS LOGISTICS



Telefonische Erreichbarkeit

Die DB Station und Service ist als Tochterunternehmen der DB Netz für die Infrastruktur der Bahnhöfe zuständig und hat für alle Unregelmäßigkeiten in Verbindung mit dem Bahnhof Efringen-Kirchen folgende Telefonnummer eingerichtet:

3-S-Zentrale Freiburg
07 61 / 212 10 55

Das 3-S steht dabei für *Sicherheit, Sauberkeit und Service*, und kann in diesem Zusammenhang genutzt werden. Es können alle relevanten Themen, die in diese Handlungsfelder fallen, durch die Einwohner/innen gemeldet werden.

Eugen Bomsdorf, Bezirksleiter Betrieb Basel

DEUTSCHES ROTES KREUZ



DRK Kreisverband Lörrach

Weiler Str. 6, 79540 Lörrach

- Hausnotruf
- Mahlzeitendienst auf Rädern
- Nachbarschaftshilfe
- Krankenfahrtdienst
- Breitenausbildung
- Kleiderläden

Tel. 076 21 / 15 15-0 • info@drk-loerrach.de
www.drk-loerrach.de

Markus Lapp, Kreisgeschäftsführer



LANDRATSAMT LÖRRACH



Dezernat IV

– Fachbereich Landwirtschaft informiert:

Aufgrund der gesunkenen Nitratwerte unter 40 mg Nitrat/l Rohwasser im Brunnen des Wasserschutzgebietes (WSG) Efringen-Kirchen wird das WSG zum 01.01.2021 in ein Nitratproblemgebiet zurückgestuft. Dadurch ergeben sich bei den Bewirtschaftungsauflagen geringfügige Änderungen.

Nachfolgend sind die derzeit im WS Nitratproblemgebiet Efringen-Kirchen, geltenden Bewirtschaftungsauflagen aufgelistet.

Bodenbearbeitung und Begrünung

Wintergetreide

Der Anbau von Wintergetreide nach Mais, Kartoffeln, Winterraps, Gemüse oder Leguminosen ist nur in Mulch- oder Direktsaat zulässig. Nach anderen Vorfrüchten ist eine Bodenbearbeitung mit Pflug oder Grubber zum Anbau von Wintergetreide möglich.

Wenn keine Folgekultur angebaut wird ist eine Begrünung bis spätestens 15. September verpflichtend. Die Einarbeitung der Begrünung, wenn eine Sommerung folgt, ist auf *A-Böden frühestens ab dem 1. Februar des Folgejahres und auf *B-Böden ab dem 1. Dezember erlaubt.

Mais

Nach der Ernte von Silomais ist eine Begrünung bis spätestens 15. September vorgeschrieben. Das Zerkleinern des Maisstrohs mittels eines Schlegelmulchers ist möglich und wünschenswert.

Die Aussaat einer Winterung nach Mais (z.B. Wintergetreide) kann nur in Mulch- oder Direktsaat erfolgen.

Beim Anbau von **Mais nach Mais** ist der **1. Februar des Folgejahres der früheste Bodenbearbeitungstermin zu Körnermais, wenn Silomais folgt der 1. März.**

Wenn nach dem Maisanbau eine andere Sommerung (z. Bsp. Sommergerste, Zuckerrüben) folgt ist auf A-Böden ab dem 1. Februar des Folgejahres und auf B-Böden ab dem 1. Dezember eine Bodenbearbeitung möglich (wie nach einer Begrünung).

Gemüsebau

Grundsätzlich ist nach der Ernte der letzten Kultur bis **spätestens 15. September** eine Begrünung einzusäen, **wenn** im gleichen Jahr **keine Winterung** folgt.

Bei **späten Kohlarten sind die Strünke stehen zu lassen** und dürfen erst ab 1. Januar abgeschleget werden.

Frühester **Bodenbearbeitungstermin ist der 1. Februar**, bei darauffolgendem **Folienanbau der 1. Januar**, bei **Sägemüse der 15. Januar** und bei **späten Sommerungen der 1. März.**

Weinbau

Für Altanlagen gilt

Vorzugsweise ist in allen Rebassen eine Dauerbegrünung vorzunehmen.

Alternativ dazu kann eine Dauerbegrünung nur in jeder zweiten Rebasse durchgeführt werden. Kein Wechsel der dauerbegrünten Gassen. Bodenbearbeitung frühestens ab dem 15.

März. Allerdings muss dann in den offen gehaltenen Gassen eine **Begrünung bis spätestens 15. April** erfolgen (Leguminosenanteil im Gemenge darf dabei 10% nicht überschreiten).

Für Junganlagen und Anlagen auf Standorten in niederschlagsarmen Regionen ohne Bewässerung gilt Dauerbegrünung in jeder 2. Rebasse und Aussaat einer Winterbegrünung in den anderen Gassen.

Alternativ dazu offen halten aller Rebassen, wenn bis **spätestens**

1. September die Einsaat einer Winterbegrünung ohne Leguminosenanteil erfolgt. **Einarbeitung der Winterbegrünung** frühestens am **15. April** des Folgejahres. Ein natürlicher Aufwuchs von Wildkräutern ist dann ausnahmsweise als Begrünung zulässig, wenn bis **spätestens Mitte August** die Entwicklung eines dichten Pflanzenbestandes sichergestellt ist.

Stickstoffdüngung

Wintergetreide

Zu Wintergerste oder zu einer winterharten Begrünung ist bis zur Saat eine max.

N-Gabe von 40 kg/ha anrechenbarem Stickstoff, in Form von N-haltigem Mineraldünger, flüssigem Wirtschaftsdünger oder Festmist möglich, wenn keine Vorfrucht mit N-reichen Ernterückständen (z.B. KM) oder Kartoffeln angebaut wurde.

Zu Winterweizen, Triticale, Dinkel und Winterroggen ist keine Ausbringung N-haltiger Mineraldünger und flüssiger Wirtschaftsdünger im Herbst möglich. Festmistausbringung ist ab dem 16. Januar mit max. **40 kg/ha** anrechenbarem Stickstoff, mineralische N-Düngung erst zu Vegetationsbeginn möglich (Düngebedarfsberechnung mit Referenzwerten über NID).

Maximale Höhe der Einzelgabe bei der Stickstoffdüngung:

Generell auf A-Böden: 80kgN/ha langsam; 50 kgN/ha schnell wirkende N-Dünger

B-Böden: 100kgN/ha langsam; 80 kgN/ha schnell wirkende N-Dünger

Mais

Festmistausbringung ist ab dem 16. Januar mit max. **40 kg/ha** anrechenbarem Stickstoff, flüssige Wirtschaftsdünger ab dem 1. März. N-haltige Mineraldünger zur Saat möglich.

Bestimmung der Stickstoffdüngung mit Hilfe der späten Nmin- Messmethode wie folgt:

Startdüngung: höchstens **40 kganrechenbarer Stickstoff/ha** in Form eines **langsam**

wirkenden Düngers möglichst als **Reihen- oder Unterfuß-**

düngung oder **Gülle** mit Zugabe von Nitrifikationshemmstoffen, **höchstens 60 kg**

anrechenbarer Stickstoff /ha.

2. Stickstoffdüngung: frühestens ab 6-Blatt-Stadium bis zur Höhe des nach der

„späten N_{min}-Messmethode“ (Bodenunters.) ermittelten Restbedarfs.

Nmin-Messmethode bedeutet:

der im Boden vorhandene Vorrat an Nitratstickstoff wird durch Untersuchung repräsentativer Bodenproben ermittelt und bei der N-Düngung als Abschlag in der Düngebedarfsermittlung (DBE) berücksichtigt.

Zwischen der Bodenprobeziehung und dem Düngetermin dürfen nicht mehr als 2 Wochen liegen. **Die Bodenproben**

sind frühestens 4 Wochen nach der Saat und nicht vor dem 4-Blatt-Stadium zu ziehen.

Gemüse

Bestimmung der Stickstoffdüngung unter Anwendung der Messmethode (s.o. Nmin-Messmethode). Die Messmethode muss bei mind. 30% der Schläge zum Startdüngungs- oder Kopfdüngungstermin angewendet werden. Messwerte sind übertragbar bei gleichen Standorteigenschaften, Bewirtschaftungsverhältnissen und Vorkultur (mind. jedoch zwei Messmethoden, sprich Bodenuntersuchung).

Maximale Höhe der Einzelgabe bei der Stickstoffdüngung:

Generell auf A-Böden: 80kgN/ha langsam; 50 kgN/ha schnell wirkende N-Dünger

B-Böden: 100kgN/ha langsam; 80 kgN/ha schnell wirkende N-Dünger

Erstkultur unter Folie/Flies bis zur Ernte:

A/B-Böden: 120kgN/ha langsam; 50 bzw. 80kgN/ha(A/B-Böden) schnell wirkende N-Dünger

Weinbau

Bestimmung der Stickstoffdüngung unter Anwendung der Messmethode (s.o. Nmin-Messmethode). Messergebnisse können bei Reben ab dem 3. Standjahr bei gleichen Standorteigenschaften und Bewirtschaftungsverhältnissen übertragen werden. Es muss mindestens ein Messergebnis vorliegen.

*A-Boden: leichte, auswaschungsgefährdete Böden, z.B. S, SL, IS SL

*B-Boden: schwere Böden, z.B. sL, L, LT, T

Es wird darauf hingewiesen, dass diese Kurzinformation nur einige Regelungen der SchALVO enthält. Rechtsverbindlich ist der ausführliche Text der SchALVO. Weitere Auskünfte erhalten Sie beim Landratsamt Lörrach, Dezernat IV – Fachbereich Landwirtschaft & Naturschutz unter Tel.: 07621/410 –4441 (Frau Bierer), - 4442 (Herr Winkler) oder –4440 (Herr Hess).

gez. Bierer

Aus- und Weiterbildung

EDITH-STEIN-SCHULE, FREIBURG-FÜR AGRARWIRTSCHAFT, HAUSWIRTSCHAFT, SOZIALPFLEGE



Agrarwissenschaftliches Gymnasium AG

Nach Realschule o. 2-jähr. Berufsfachschule in drei Jahren zum Abitur

- Agrarbiologie, Natur- und Umweltschutz
- Pflanzenzüchtung und Tierhaltung
- Lebensmittelproduktion und Biotechnologie
-

Berufsoberschule für Sozialwesen BOS

Nach einer Berufsausbildung in zwei Jahren zum Abitur

- Biologie mit Gesundheitslehre (Profilfach)
- Pädagogik und Psychologie
-

Präsenz-Infoabende in der Aula

Di, 19. Januar 2021, 18:00 BOS, 19:00 AG

Do, 25. Februar 2021, 18:00 BOS, 19:00 AG

Anmeldung nötig unter ests@freiburger-schulen.bwl.de

Kontakt: Edith-Stein-Schule, Bissierstr. 17, 79114 Freiburg
0761-201-7766 o. -7436

ests@freiburger-schulen.bwl.de, www.ests-freiburg.de

AMTSGERICHT LÖRRACH



Mit Recht in die Zukunft!

Es gibt noch freie Plätze für den Ausbildungsbeginn September 2021, jetzt bewerben!

- Ausbildung zum / zur Justizfachangestellte (Ausbildungsbeginn 2021)
- Duales Studium zum / zur Diplom-Rechtspfleger/in (FH) (Ausbildungsbeginn 2022)
- Duales Studium zum / zur Gerichtsvollzieher/in (LL.B.) (Ausbildungsbeginn 2022)

Bewerbungen sind nur online unter: www.olg-karlsruhe.de (Beruf/Ausbildung in der Justiz/Bewerbung) möglich.

Weitere Informationen über die Berufe und die Bewerbungen erhalten Sie unter www.mit-Recht-in-die-Zukunft.de, beim Ausbildungsreferat des Oberlandesgericht Karlsruhe (Tel. 0721 926-2861) oder beim Amtsgericht Lörrach, Gerd Werntaler (Tel. 07621/408-146, E-Mail: Werntaler@agloerrach.justiz.bwl.de).

GEWERBE AKADEMIE SCHOPFHEIM wissen



Infotag individuell

Die Gewerbeschule Schopfheim betritt im Zuge der Corona-Pandemie neue Wege. Der jährlich stattfindende Informationstag für die Vollzeitklassen, welcher interessierten Schülerinnen und Schülern, aber auch Eltern und Erziehungsberechtigten einen Einblick in die Angebote und Ausstattung der Schule gewähren soll, konnte im aktuellen Schuljahr nicht in der gewohnten Form stattfinden. Darum laden die Lehrerinnen und Lehrer der GWS Interessentinnen und Interessenten der Berufskollegs, der Berufsfachschulen und der Berufsvorbereitung im Zeitraum vom 11.01.2021 bis zum 30.01.2021 zu vereinbarten Einzelterminen ins Schulgebäude ein. Es wird sowohl möglich sein, sich unter der Woche zwischen 08.00 Uhr und 17.30 Uhr einen Termin geben zu lassen als auch an Samstagen zwischen 10.00 Uhr und 14.00 Uhr. Unter dem Motto „Beratung-Besichtigung-Anmeldung: Infotag individuell“ wird sich jeweils eine Lehrkraft ausschließlich um die interessierten Personen eines Haushaltes kümmern. Wem es nicht möglich ist, sich in diesem Zeitraum die direkte Anmeldung für eine der Vollzeitklassen (Ausbildungsvorbereitung, Berufsfachschulen, Berufskollegs) zu sichern, der kann sich im Kalender bereits die Tage vom 22. bis zum 24. Februar 2021 markieren. An diesen Terminen ist ab 13.00 Uhr die Anmeldung für die Berufsfachschulen und die Berufsvorbereitung an der Gewerbeschule Schopfheim möglich. Für die Klassen der Berufskollegs ist eine Online-Anmeldung bis

zum 01.03.2021 unter folgendem Link freigeschaltet: <https://bewo.kultusbw.de/BewO>. Auch nach dieser Frist besteht noch die Möglichkeit, sich durch einen individuellen Termin an der Gewerbeschule Schopfheim direkt über die Berufskollegs zu informieren und sich bei der Abmeldung helfen lassen.

Eine Terminvereinbarung für den „Infotag individuell“ ist ab sofort unter der Nummer 07622 / 68 21 13 oder per E-Mail an thiemann@gewerbeschule-schopfheim.de möglich. Wir, die Lehrerinnen und Lehrer der Gewerbeschule Schopfheim, freuen uns auf Sie! Viel Platz für individuelle Beratungsgespräche: Die Räumlichkeiten der Gewerbeschule Schopfheim bieten Interessentinnen und Interessenten auch in Coronazeiten die Möglichkeit, sich zu informieren.

Kirchennachrichten

CHRISCHONA-GEMEINDE



Noch immer müssen wegen der Corona-Pandemie leider viele Veranstaltungen entfallen. Wir freuen uns aber, zumindest eingeschränkt wieder Gottesdienst feiern zu dürfen.

Sonntag, 17.01.2020: Gottesdienst 10:00 Uhr

Unsere Ältesten, beginnend an diesem Sonntag mit Ulrich Scheider, setzen in den nächsten Wochen ihre Predigtreihe aus dem Philipperbrief fest. Er wird heute die Verse 1-14 aus Kapitel 3 in den Mittelpunkt seiner Ausführungen stellen.

Sie sind herzlich eingeladen!

Bei Bedarf oder Fragen können Sie sich auch weiterhin sehr gern an den Vorsitzenden unseres Ältestenrates, Herrn Wolfgang Krebs, wenden,
Tel. 0 76 28 / 28 41.

Wir wünschen Ihnen ein gesegnetes und erfülltes neues Jahr sowie die Erfahrung von Gottes Segen, viel Bewahrung und Gesundheit.

Mit freundlichen Grüßen

Ihre Evangelische Chrischona-Gemeinde Efringen-Kirchen,
info@chrischona-efringen.de

EVANG. KIRCHENGEMEINDE

Blansingen
Kleinkems
Welmlingen

Gottesdienste:

Vorerst finden keine Präsenzgottesdienste statt. Unter www.evangelisch-im-rebland.de werden die Gottesdienste online gestellt. Sobald wir wieder Gottesdienste feiern dürfen, werden wir Sie informieren.

Termine:

Donnerstag, den 14. Januar 2021

09:00 – 11:30 Uhr Bürostunde für Bad Bellingen

Dienstag, den 19. Januar 2021

09:00 – 11:30 Uhr Bürostunde für Blansingen-Welmlingen-Kleinkems

Donnerstag, den 21. Januar 2021

09:00 – 11:30 Uhr Bürostunde für Bad Bellingen

Wir bleiben für Sie erreichbar

Um den Empfehlungen bzw. Verordnungen zur „Vermeidung von Sozialkontakten“ zu entsprechen, bitten wir Sie darum, das Pfarramt nur telefonisch oder per E-Mail zu kontaktieren.

Sprechzeiten

Pfarrer Braukmann (Vakanzverwalter) nach Vereinbarung (Telefon 07628/1249)

Per E-Mail erreichen Sie uns unter badbellingen@kbz.ekiba.de oder blansingen@kbz.ekiba.de sowie telefonisch unter 07635/822037

Die öffentliche Bücherei im Albert-Schweitzer-Haus macht in der Zeit vom 19.12.2020 bis 12.01.2021 ebenfalls Urlaub

Herzliche Grüße, Ihr Pfarrer Braukmann, die Kirchenältesten & das Sekretariat

EVANG. KIRCHENGEMEINDE

Efringen-Kirchen
Huttingen
Istein



Gottesdienste und Veranstaltungen

Momentan finden bei uns keine Gottesdienste statt. Sobald wir wieder Gottesdienste feiern können, werden wir Sie rechtzeitig davon in der Tagespresse, im Mitteilungsblatt und auf unserer Homepage informieren.

Öffnungszeiten im Pfarrbüro

Das Pfarrbüro ist in der Regel dienstags und mittwochs zwischen 8 und 12 Uhr besetzt.

Sie erreichen uns per E-Mail unter efringen-kirchen@kbz.ekiba.de oder telefonisch unter 07628 / 372 (AB). Wenn Sie eine Nachricht auf der Mailbox hinterlassen, rufen wir gerne zurück.

Die Gottesdiensttermine und weitere Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage www.evangelisch-im-rebland.de.

Herzliche Grüße, Ihr Pfarrer Steffen Mahler und die Kirchenältesten

EVANG. KIRCHENGEMEINDE

Egringen
Mappach
Wintersweiler

Gottesdienste

Wie Ihnen bekannt ist, können im Moment keine Gottesdienste in den Kirchen stattfinden.

Machen Sie trotzdem mit unter:
www.evangelisch-im-rebland.de

Bekanntmachung der Ev. Kirchengemeinde Egringen

Der Haushaltsbeschluss für den Haushaltszeitraum 2020 und 2021 und die Feststellung des Jahresabschlusses 2018 werden zur Einsicht aufgelegt.

Sie können vom **07. bis zum 20. Januar 2021** zu den Öffnungszeiten des Pfarramts, Dorfstraße 17 in Wintersweiler vorbeikommen.

Wir sind für Sie erreichbar und ansprechbar. In dringenden Fällen und einer Notsituation erreichen Sie uns am sichersten per E-Mail. Pfarrer Braukmann (07628/12 49) und Diakon Stissi können auch gerne telefonisch angesprochen werden. Die neuesten Informationen finden Sie auf unserer Homepage.

Weitere Informationen aus unseren Gemeinden finden sie unter www.evangelisch-im-rebland.de

Herzliche Grüße

Pfarrer Martin Braukmann und Ihre Kirchenältesten

EVANG. REBLANDGEMEINDE



Gottesdienst

Sonntag, 17.01.2021 - 17:30 Uhr (?)

Evangelische Kirche Mappach (oder online)

Zunächst wünscht Ihnen die Reblandgemeinde Mappach ein gesegnetes Jahr 2021!

In nach wie vor bewegten Zeiten können wir noch nicht absehen, ob wir am kommenden Sonntag einen Präsenz-Gottesdienst in der Kirche Mappach oder ein weiteres Mal einen online-Gottesdienst durchführen werden.

Bitte informieren Sie sich kurzfristig auf unserer Homepage www.reblandgemeinde.de.

Sie dürfen auch gerne unter der Nummer: Achim Patzelt 07628/690 99 52, mobil 0171/119 58 53 nachfragen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Ihre Reblandgemeinde

KATH. KIRCHENGEMEINDE KANDERN-ISTEIN



www.kath-kandern-istein.de

Seelsorgeteam

Pfr. Martin Karl

Tel./Fax (07626) 97 00 33 / 97 00 34

m.karl@kath-kandern-istein.de

Sprechstunde von Pfr. Karl immer

dienstags von 16:00 – 17:30 Uhr in Istein

GRef. Bettina Wittmer

Tel./Fax (07628) 9 50 34 69 / 9 53 47

b.wittmer@kath-kandern-istein.de

Röm.-kath. Pfarramt St. Franz von Sales Kandern

Tel./Fax (07626) 97 00 33 / 97 00 34

Büro Mo & Mi 10:00 – 12:00 Uhr

pfarramt@kath-kandern-istein.de

Röm.-kath. Pfarramt St. Michael Istein

Tel./Fax (07628) 357 / 9 53 47

Büro Di & Do 10:00 – 12:00 Uhr

pfarramt@kath-kandern-istein.de

Aktuelles zu unseren Gottesdiensten

Vor Weihnachten hatte der Pfarrgemeinderat der Röm-Kath. Kirchengemeinde Kandern-Istein aufgrund der aktuellen Corona-Lage in einer Online-Sitzung beschlossen, die Präsenzgottesdienste bis zum 10. Januar auszusetzen. In einer weiteren Onlinebesprechung am Mittwoch, 13. Januar wird der Pfarrgemeinderat erneut über das weitere Vorgehen beraten. Sie werden auf unserer Homepage und in den Schaukästen an unseren Kirchen zeitnah über die weitere Entwicklung bei den Gottesdiensten informiert. Siehe www.kath-kandern-istein.de

Taizé-Gebet „online“

Die Seelsorgeeinheit Kandern - Istein lädt wieder zu einem Online-Taizé-Gebet ein. Zum Einloggen einfach auf den Button auf unserer Homepage klicken, der Link wird etwa 10 Minuten vor Beginn aufgeschaltet.

Donnerstag, den 14.01.2021 um 18:30 Uhr online via Zoom
Hierzu benötigen Sie einen PC, Smartphone oder Tablet, sowie eine passende Meeting- App/passendes Meeting-Programm mit den entsprechenden Zugangsdaten. Nähere Informationen erhalten Sie bei: Gemeindereferentin Bettina Wittmer: b.wittmer@kath-kandern-istein.de

Termine der Schönstattgemeinschaft

Montag, den 18.01.2021 um 18:00 Uhr Bündnisandacht

17:30 Uhr Rosenkranzgebet

Erreichbarkeit der Pfarrbüros

Unsere Pfarrbüros sind bis auf weiteres für den Publikumsverkehr geschlossen, die Pfarrsekretärinnen arbeiten im Homeoffice. Wenn Sie ein Anliegen oder eine Frage an die Pfarrbüros haben, können Sie sich aber gerne per Mail an folgende Adresse wenden: pfarramt@kath-kandern-istein.de oder bei den bekannten Telefonnummern (07626 – 970033 oder 07628 357) anrufen, ggf. ist dort auch zu den üblichen Öffnungszeiten ein Anrufbeantworter eingeschaltet. Die Anrufbeantworter werden zeitnah abgehört und Sie erhalten einen Rückruf, wenn Sie Ihren Namen und Ihre Telefonnummer hinterlassen.“

Wir wünschen Ihnen für das neue Jahr, dass es gut wird, mit Wohlergehen und Frieden.

Deine Weisheit, Herr, regiere uns.

Deine Güte erhalte uns.

Deine Liebe erfreue uns.

Deine Gnade bewahre uns.

Deine Allmacht behüte uns,

heute und alle Tage des neuen Jahres.

Pfarrer Martin Karl und Gemeindereferentin Bettina Wittmer

BLANSINGEN



» SIEHE KIRCHENNACHRICHTEN

EFRINGEN - KIRCHEN



» SIEHE KIRCHENNACHRICHTEN

EGRINGEN



» SIEHE KIRCHENNACHRICHTEN

ORTSBÜCHEREI EGRINGEN



Weihnachtsbaumsammlung in Egringen

Liebe Ägringer,
ein turbulentes Jahr ist vergangen, vieles war anders und musste abgesagt werden, aber eines bleibt! Unsere Weihnachtsbaumsammlung.
Egal was kommt und wie das Wetter sein wird, wir holen euren Weihnachtsbaum am **Samstag, 16.01.2021** ab.

Wir bitten darum eine Spende von 2,-€ am Baum zu befestigen. Der Erlös kommt einem wohltätigen Zweck zugute. Wir bitten Euch, die Bäume ab 13 Uhr ohne Lametta oder anderweitigen Schmuck an der Straße bereitzustellen.
Der letztjährige Erlös wurde in vollem Umfang dem Kindergarten Egringen gespendet.

Viele Grüße
Eure Deutzler

HUTTINGEN



» SIEHE KIRCHENNACHRICHTEN

ORTSVERWALTUNG HUTTINGEN



Danke für Christbaum Sammlung

Die Idee führte zu einer super Win-win-Aktion! Ich bedanke mich deshalb sehr bei euch Helfern des Kultuvereins „Alte Schule“ für das Einsammeln der Christbäume sowie bei denjenigen, die im Gegenzug einen kleinen Obolus für den Umbau der Rathausgarage beigesteuert haben. Ebenso freuen sich die Geißen vom Munihof, welche die Christbäume nun genüsslich verspeisen dürfen.

Jens Lauber, Ortsvorsteher

Nachfolger gesucht für Lingi-Platz mit Lingi-Brunnen

Liebe Einwohner,
ich weiß, dass man nicht immer Zeit und Lust hat etwas für andere Leute zu machen oder zu helfen. Deswegen ist die Wertschätzung und Dankbarkeit aller Betroffenen umso größer, wenn man es trotzdem macht. So ist es auch in diesem Fall:

Ich suche immer noch einen freiwilligen Helfer, der sich um unseren Lingi-Platz kümmert. Die Aufgabe ist überschaubar und kann sich zeitlich selbst eingeteilt werden (ca. 2 mal pro Monat je ca. 2 Stunden, je nach Bedarf). Hierzu gehört es den Lingi-Brunnen zu putzen, die Rasenfläche zu mähen und um die Bushaltestelle herum zu wischen. Als Gegenleistung gibt es 1x jährlich eine finanzielle Vergütung sowie eine Einladung zu dem jährlich stattfindenden Helferfest mit kostenlosem Essen, Trinken und in geselliger Runde, welches ich für die ehrenamtlich engagierten Einwohner in und an unserem Dorf organisiere.

Also, bitte meldet euch bei mir unter:

Mail: ortsverwaltung.huttingen@efringen-kirchen.de
Telefon Rathaus (Anrufbeantworter): 07628/950 33 51

Jens Lauber, Ortsvorsteher

FREIWillIGE FEUERWEHR ABT. HUTTINGEN



Altpapiersammlung

Am kommenden **Samstag, 16.01.** findet wieder eine Altpapiersammlung statt.

Gesammelt werden Zeitungen, Zeitschriften, Kataloge und Werbeprospekte.

Ohne Kunststoff und keine Kartonage!

Wir bitten alle Einwohner dieser Beschreibung entsprechendes Altpapier mit Schnur gebündelt und gut sichtbar bis spätestens 13:00 Uhr am Straßenrand zu platzieren.

Die nächsten Termine der Altpapiersammlung sind:

17.04.2021

17.07.2021

16.10.2021

Ihre Freiwillige Feuerwehr

ISTEIN



» SIEHE KIRCHENNACHRICHTEN



Vereinsnachrichten

FÖRDERVEREIN SV ISTEIN



Altpapiersammlung

Trotz der Corona-Beschränkungen kann am kommenden **Samstag, den 16.01.2021** von 9 – 11 Uhr das Altpapier an der Alten Kläranlage am Sportplatz angeliefert werden. Wer uns das Altpapier spendet, kann auch Kartonage mitbringen.

Bei der Anlieferung ist der obligatorische Mindestabstand von eineinhalb Metern einzuhalten und eine Mund-Nasen-Maske zu tragen.

Der Förderkreis Fussball des SV Istein bedankt sich für Ihre Unterstützung

KLEINKEMS



» SIEHE KIRCHENNACHRICHTEN

MAPPACH



» SIEHE KIRCHENNACHRICHTEN

FREIWILLIGE FEUERWEHR ABT. MAPPACH



Papiersammlung

Am **Samstag, den 16. Januar 2021** führt die Freiwillige Feuerwehr in den Ortschaften Mappach und Maugenhard eine Papiersammlung durch.

Gesammelt werden Zeitungen, Zeitschriften, Illustrierte, Prospekte, Schreibpapier,

Kataloge (**ohne Plastikverpackung !!!**), Weißkuverts, Telefonbücher, saubere Papierverpackungen von Lebensmitteln. **Keine** Kartonage, **kein** braunes Papier, **keine** Hygienepapier, **kein** aktenvernichtetes Papier, **kein** Plastik.

Wir möchten Sie bitten, sich an diese Kriterien zu halten und das Papier **ab 8.00 Uhr** gebündelt am Straßenrand abzustellen.

Freiwillige Feuerwehr
Abteilung Mappach

WELMLINGEN



» SIEHE KIRCHENNACHRICHTEN

WINTERSWEILER



» SIEHE KIRCHENNACHRICHTEN

FREIWILLIGE FEUERWEHR ABT. WINTERSWEILER



Absage Generalversammlung

Die für **Samstag, 16.01.2021** geplante Generalversammlung der Freiwilligen Feuerwehr, Abteilung Wintersweiler kann auf Grund der aktuellen Corona- Problematik nicht stattfinden. Die Freiwillige Feuerwehr nimmt in dieser außergewöhnlichen Situation seine gesellschaftliche Verantwortung wahr, zeigt sich solidarisch um die Einsatzkräfte sowie deren Gäste keinem unnötigen Risiko auszusetzen.

Vielen Dank für das Verständnis.
Mit freundlichen Grüßen und bleibt Gesund.
Freiwillige Feuerwehr Wintersweiler



NACHRUF

Wir trauern um unser Ehrenmitglied

PAUL STÄCHELIN

der am 06. Dezember 2020 im Alter von 90 Jahren verstorben ist.

Die Nachricht vom Tod unseres Kameraden Paul Stächelin macht uns betroffen und sehr traurig.

Paul Stächelin trat 1948 in die damalige Freiwillige Feuerwehr Huttingen ein und wurde 1969 zum Hauptfeuerwehrmann befördert. Von 1961 – 1977 hatte er das Amt des Kassiers inne.

1974 erhielt er das Feuerwehr-Ehrenzeichen in Silber und wurde gleichzeitig aufgrund 25-jähriger aktiver Feuerwehrzugehörigkeit zum Ehrenmitglied unserer Abteilung ernannt.

Nach 28 Jahren im aktiven Dienst wechselte Paul 1977 in die Altersmannschaft, der er bis zu seinem Tod angehörte.

Als begeisterter Fotograf bereicherte Paul außerdem jahrzehntelang unsere Generalversammlungen und Kameradschaftsabende mit stets äußerst unterhaltsamen Diavorträgen.

Wir verlieren mit ihm einen liebenswerten Menschen und guten Kameraden, dem wir jederzeit ein ehrendes Andenken bewahren werden.

Unser tiefempfundenes Mitgefühl und unsere aufrichtige Anteilnahme gilt seiner Tochter Gudrun, seinem Sohn Peter und allen Angehörigen.



Danksagung

Für die vielen Beweise aufrichtiger Anteilnahme durch Wort, Schrift und Zuwendungen beim Heimgang unseres lieben Vatis

Alfred Bahlinger

† 8. Dezember 2020

bedanken wir uns herzlich.

Ein besonderer Dank gilt

- allen, die ihn in letzter Zeit so herzlich begleitet haben
- Pfarrer Dirk Fiedler und Prediger Joachim Scheffler für die passenden und tröstlichen Worte
- Frau Dr. Hoffmann-Hotz und Herrn Dr. Erbe für die fürsorgliche Betreuung
- Roser Bestattungen für die hilfreiche Unterstützung

Karlheinz, Ruth, Andreas und Markus

Blansingen, im Dezember 2020

Danksagung

Es ist schwer einen geliebten Menschen zu verlieren.
Es ist wohltuend so viel Anteilnahme zu erfahren.

Claudia Böhler

Für die vielen Zeichen des Mitgefühls und der Anteilnahme die uns zuteil wurden, danken wir von ganzem Herzen.

Kandern, Januar 2021

**Thomas Böhler
mit Familie**





Ein herzliches Dankeschön

der Gemeindeverwaltung, der Kirchengemeinde,
den Landfrauen, der Sparkasse Markgräflerland
und allen Verwandten und Bekannten, die mir zu meinem

80. Geburtstag

mit Glückwünschen und Geschenken
eine große Freude bereitet haben.

Egringen, im Januar 2021

Helga Wenk

DRINGEND GESUCHT!

...werden von uns Häuser & Wohnungen
im Markgräflerland.



Helmut
Seiter

Zeigen Sie uns bitte an, wenn Sie
gut und stressfrei verkaufen wollen.
Wir machen das seit fast 50 Jahren!



Kaja
Wohlschlegel

Seiter

Immobilien
- seit 1971 -

www.seiter-immobilien.de - Hauptstraße 27, 79400 Kandern,
Tel: 07626/438, Mail: info@seiter-immobilien.de

Mehrgenerationenhaus mit Grünfläche gesucht

Wer hat für unsere Familie mit 4 Kindern ein Haus
mit 7+ Zimmern im Großraum Lörrach?
Zusätzliche ELW mit 3-4 Zimmern (gerne behinderten-
gerecht) wird benötigt. **TEL: 0157 851 035 21**

Grundstück

Wir, eine aufgeschlossene, empathische und dynamische Familie,
sind auf der Suche nach einem Baugrundstück um die 500 qm. Vielleicht
möchten Sie verkaufen oder kennen jemanden, der jemanden kennt?

Wir würden uns über Angebote und Rückmeldungen sehr freuen.
Fröhe Neues Jahr und bleiben Sie bitte gesund! Kontakt: 07621 98 64 842

3,5-Zi.-Wohnung, 120 m² in Efringen-Kirchen, Hebelstr.

EBK/Esszimmer, 2 Schlafzimmer, großes Wohnzimmer,
Balkon, Keller, Freisitz im Garten mit zus. Du +WC, zentrums-
nah, ruhige Lage in 3-Fam.-Haus ab 1.5.2021 zu vermieten.
KM € 1.150,- + NK € 200,- + Müll + Strom, Kauton € 2.000,-

Kontakt: udofrey@t-online.de

3-Zimmer-Whg.

ca. 80 m² in Haltingen EBK, 2 Balkone,
ab 01.03.2021 KM 800,- €, NK 130,- €,
3 KM Kauton Tel.: 07621/1672716 9-12 Uhr

GÄRTNERIN

berufstätig/NR, mit 2 Katzendamen, sucht ab Frühjahr
2-3-Zi.-Whg./Häuschen mit Terrasse/Gärtchen und Garage/Schopf;
gerne im ländl.Raum. Biete kostenfreie Unterstützung für Senioren.

Zuschriften erbeten unter Chiffre Nr. 5826161
an Primo Verlag, Meßkircher Str. 45, 78333 Stockach

Restaurant zum Sonnenstück

Badstraße 8, Bad Bellingen

Liebe Gäste,

ab 18.01.2021 Take-Away-Service

Dienstag - Sonntag von 11.30 Uhr - 13.30 Uhr und 17.00 - 20.00 Uhr
Ab 4 Gerichten außer Haus Lieferung möglich. 2 Euro extra pro Gericht.

Tel. 07635 / 466 oder 07635 / 82 60 617

Wir freuen uns auf Ihre Bestellung.

Rundum Betreuung im eigenen Zuhause

PROMEDICA PLUS
Betreuung und Pflege daheim



Regional & persönlich
Telefon 07761 - 998 17 13

- ★ Erfahrene und deutschsprachige Betreuungskräfte aus Osteuropa.
- ★ Wir begleiten alle unsere Senioren im Landkreis Lörrach persönlich.



PROMEDICA PLUS Lörrach
Michael Müller

Loerrach@promedicaplus.de
www.promedicaplus.de

RAT UND HILFE IM TRAUERFALL

klinge

le
BESTATTUNGEN

Egringer Straße 28, 79588 Efringen-Kirchen

Tel. 07628 - 94 06 76

Bestattungen - Überführungen - Formalitäten

NICHT VERPASSEN! ANZEIGEN-ANNAHMESCHLUSS FÜR DIE AUSGABE EFRINGEN-KIRCHEN:

dienstags um 15:00 Uhr an anzeigen@primo-stockach.de

Bei Kombinationen, Landkreisen und Wirtschaftsräumen muss Ihr Anzeigenauftrag spätestens **donnerstags in der Vorwoche um 9 Uhr** im Primo Verlag eingehen.





Party-Service -
Eigene Konserven
Eigene Schlachtung

Wir machen unsere
Fleisch- und Wurstwaren noch selbst,
von Rindern und Schweinen
aus der hiesigen Regio!

Efringen-Kirchen • Basler Str. 57 • Tel. 07628 - 364

Angebot der Woche

Hoherippe als Rinderbraten od. Steak	1 kg	16,90 €
Schweinebrägel fertig zubereitet	1 kg	7,90 €
Luftgetr. Salami Ital. Art	100 g	2,50 €
Fleischkäse z. Backen, 500/1000 g Schalen	100 g	0,74 €
Kartoffelsalat	100 g	0,74 €

Käse der Woche:

Schweizer Emmentaler 100 g **1,89 €**

Unsere Schlachttiere stammen aus den Betrieben:

Rind: Vollmer Harald, Malsburg-Marzell
Schweine: Schopferer Reinhard, Efringen
Stächelin Patrick, Huttingen



SUCHE Rebfläche

bis max. 1 ha zur **Pacht oder Kauf**
als Nebenerwerb/Hobby.
Fundierte Fachkenntnisse u. Erfahrung vorhanden.

Kontakt: reben@sareas.de



Nagelstudio

Top Trend

Gutscheine
erhältlich

Nagel-Design und Permanent Make up

Tanja Kaya

Telefon: 07628-8273

Vogesensblick 17

Handy: 0171 1936233

79588 Efringen-Kirchen

Termine nach Vereinbarung

Obstbaum- und Heckenschnitt

Jens Müller

Ökologische Gartenpflege

0173 - 7 57 62 42 oder 0 76 28 / 9 42 12 80

Staufen- Briefmarkensatz

Deutsche Post



Erhältlich im Kaufladen auf
www.staufenstiftung.de,
im Bürgerbüro und der
Tourist-Info in Staufen.

Mehr Infos außerdem unter
Telefon 07633 805-56.

Verbreiten Sie
unsere Botschaft!

Stiftung zur
Erhaltung
der historischen
Altstadt
Staufen

identis.de

EINE APP DIE BEGEISTERT!

Sie lieben Apps, darum verfügt „My eBlättle“
über viele nützliche Funktionen.

Zu ihrem Print-Heimatblatt können Sie ab sofort auch das digitale Heimat-
blatt lesen. Ihr innovatives Heimatblatt wartet bereits auf Sie.

PRIMOVERLAG
Heimat, Deine Blättle.

Laden im
App Store

JETZT BEI
Google Play



ELEKTROBERGER

Wir haben geöffnet

79588 Efringen-Kirchen Hauptstraße 23/1 Tel.: 07628-333
Elektrogeräte Installation Kundendienst TV Antennenanlagen



Meditation Kunst Gesundheit

Y-OM3®

MEDITATIONS- UND KUNSTHAUS

Am Bächle 2, D-79592 Fischingen/Lö.,
07628 803 02 50, www.y-om3.de

Allgemeinärztliche Privatpraxis

Dr. med. Michael Brandner

Anthroposophische Medizin (GAÄD)
Qualifizierte Misteltherapie bei Krebs

79379 Müllheim, Werderstraße 60
Termine nach Vereinbarung
Tel. 07631/9380013

Lebensqualität

Integrierte Lösungsorientierte Psychologie

Lisa Bühler

Kindheitspädagogin B.A.
ILP-Coach

Kinderängste – Elternsorgen

Leidet Ihr Kind an Ängsten,
Unsicherheiten oder
mangelndem Selbstbewusstsein?

- 10 Stunden Einzelcoaching
- Gemeinsam Lösungen finden
- Ressourcen aktivieren und anwenden lernen

Neue Termine ab Januar 2021

Jetzt Termine vereinbaren

Am mittleren Weg 14
79588 Efringen-Kirchen, OT Huttingen
Tel.: 07628 – 359 40 90
Lisa.Buehler@ILP-Kurztherapie.com



3-mal in Ihrer Nähe:

Haltingen Tel. 07621/62253

Binzen Tel. 07621/669499

Efringen Tel. 07628/942670

Unser Angebot der Woche: vom 11.01. bis 16.01.21

Rinderrouladen gefüllt oder in Scheiben 100 g € **1,39**

Gulasch gemischt Rind und Schwein 100 g € **0,89**

Hackfleisch gemischt Rind und Schwein 100 g € **0,66**

Schwartenmagen auch in feiner Vinaigrette 100 g € **1,05**

Krakauer (auch luftgetrocknet) 100 g € **1,25**

Vitello Tonnato (Kalbsbraten mit Thunfischsoße) Portion € **4,50**

Cambozola Weichkäse 70 % Fett i. Tr. 100 g € **1,69**

Unser Vesperhit der Woche:

1 Cordon bleu mit Brötchen Stück € **2,70**

COUNTRY WOCHEN RÖSSLE HERTINGEN

bis
31. Januar

Mi – So Country-Essen zum Mitnehmen

Abholzeiten 11.30 - 14.30 Uhr + 16.30 - 20.00 Uhr

07635-9180 Country-Speisekarte

Landgasthof Rössle

auf der Homepage

Hinterdorfstr. 14, Bad Bellingen-Hertingen • www.roessle-hertingen.de



Pott & Oswald GmbH
Karosseriebau & Fahrzeuglackierung



- Unfallinstandsetzung
- Fahrzeuglackierung
- Unfallservice
- Richtbankarbeiten
- Autoglas
- Hol- u. Bringdienst

Im Rebacker 14, 79591 Eimeldingen

Tel. +49 7621 161 56 30 • Fax +49 7621 161 56 31

Internet: www.pottundoswald.de

E-Mail: info@pottundoswald.de



ZUSAMMEN KÖNNEN WIR ES SCHAFFEN



Mit unserer beliebtesten Aktion ins neue Jahr starten

Unsere  Aktion für Sie:

$$4 + 2 = 6$$

$$3 + 1 = 4$$

*Bleiben Sie gesund,
zusammen können
wir es schaffen.*



Aktionscode P2021-01

Unsere Aktion für Sie

Starten Sie mit unserer beliebtesten Aktion ins neue Jahr.

**4 + 2 = 6 Anzeigen oder
3 + 1 = 4 Anzeigen**

Unsere Aktion gilt vom 11. Januar 2021 (KW2) bis 14. März 2021 (KW 10).

Es gelten unsere AGB (siehe www.primo-stockach.de) und unsere aktuelle Preisliste für Gewerbetreibende und Werbeagenturen. *Um in den Genuss dieser Aktion zu kommen liefern Sie bitte Ihre druckfähigen, fertigen Anzeigenvorlagen (Daten) bis donnerstags, 9 Uhr in der Vorwoche. Ebenfalls bitten wir um die Abbuchungserlaubnis, andere Zahlungsmethoden sind ausgeschlossen. Alle bestehenden Rabatt-, Abschluss- und Skontovereinbarungen mit unserem Verlag sind außer Kraft gesetzt. Jedoch wird das mm-Volumen Ihrem Kundenkonto gutgeschrieben. Ihre Anzeigenschaltung muss durch sechs teilbar oder durch vier teilbar sein und in sechs/ vier aufeinanderfolgenden Wochen geschaltet werden. Farbzuschläge sind nicht rabattierbar. Die zwei günstigsten Ausgaben sind für Sie kostenlos. **Bitte Aktionscode P-2021-01 bei der Anzeigenbestellung angeben.**

 **PRIMO**
Verlag | Druck | Service



0 77 71 93 17-11



0 77 71 93 17-40



anzeigen@primo-stockach.de



www.primo-stockach.de

Sportheim Huttingen

Samstag, 16.01.2021 von 17 - 20 Uhr und
Sonntag, 17.01.2021 von 11³⁰ - 14 Uhr

Gemischter Braten (Schwein und Rind)
mit Spätzle und Bohnengemüse
Gyros mit Zaziki und Bratkartoffeln

Vorbestellung bitte bis Samstag den 16.01.2021 von 10 - 12 Uhr
Auf Ihren Anruf freut sich Familie Frank Friedmann, Tel. 07628/466



Perfekte Pflege
ist wie Urlaub für die Füße
Fußpflegepraxis in Welmlingen

Inh. Sandra Ulrich

Auch Hausbesuche • Tel. 076288055038 • +4915111511002



BESTATTUNGEN WALSER

Inh. Dietmar Bauer

Überführung, Einsargung und Erledigung
sämtlicher Formalitäten im Todesfall

Feuerbachstrasse 7/1
79588 Efringen-Kirchen - Egringen
bestattungen.walser@gmx.de

07628 8870
0173 1931185

Rauchfreies Leben

durch Hypnose in Weil am Rhein / Haltingen

Nichtraucher, ohne
Einschränkung der
Lebensqualität



Hypnose, der sanfte
Weg zum Leben
ohne Zigaretten

www.hypnose-kemper.de

☎ 07621 9510474

Auto-Service

Center

Kfz-Meisterbetrieb

Brenneisen GmbH

1. Service und Reparaturen aller
Marken nach Herstellervorgaben
2. Neuwagenservice
3. Mobilitätsgarantie
4. Unfallinstandsetzung
und Abwicklung
5. TÜV und ASU-Abnahme täglich

Efringen-Kirchen • Industriegebiet • Tel. 07628-8533

Feldenkrais Kurse

weiterhin online mittwochs 19 Uhr, freitags 10 Uhr
auch als Audioversion möglich

Trauen Sie sich - Tel 07628/9424839

HMP-Feldenkrais@web.de; ab KW 3 2021

H. Müller-Peukert - www.feldenkrais-regio.de
langjährig erfahrene Feldenkraislehrerin

FENSTERABDICHTUNG

- Energiesparend (ca. 25 %)
- Lärmdämmend (ca. 50 %)
- Umweltschonend
- Kostenbewusst

Montage: Vor Ort im Montagewagen

F+T Fensterabdichtung

Südbaden GmbH

Im Sonnengarten 6 79592 Fischingen / LÖ

Tel. 07628 803 685

Großschmiedung

Dasler Str. 115 79115 Freiburg

Tel. 0761 478 72 42

www.ft-fensterabdichtung.de

Reissen Sie Ihre
Fenster nicht heraus,
wir sanieren sie!

wir sind spezialisiert...



Walter Stiefvater

Im Schlötle 25 | 79588 Efringen-Kirchen

Tel. 07628 / 80 38 85 | Fax 07628 / 80 55 217

Mobil 0160 / 94 86 88 68

s.t.s-service@web.de

- Transporte aller Art
- Kühltransporte
- Eil- und Sonderfahrten
- Transport von
Stück- und Sperrgut
- Zustellung in der Region
und in ganz Europa
- Einlagerung +
Kommissionierung

WIR FINDEN FÜR JEDE TREPPE DIE RICHTIGE LÖSUNG!
Treppenlifte • Plattformlifte • Senkrechtlifte



☎ 07741- 965858
www.reha-lift.com

denn Bewegungsfreiheit ist Lebensqualität!

DER SERVICE & VERKAUF VOM PROFI AUS IHRER REGION!



Familienbetrieb seit 1912
Metzgerei

Christoph Stange

Frische und Qualität aus eigener
Schlachtung und Produktion
Partyservice

Efringen-Kirchen

Gutenau 34

Tel. 07628/12 28

Filiale Istein

Neue Straße 71

Tel. 07628/9 42 95 53

www.metzgerei-stange.de

Angebote gültig vom 14. - 16.1.2021

Kalbsgulasch	kg	14,80 €
Schwartenbraten	kg	6,90 €
gekochte Bauernwürste	Stück	1,00 €
Merguez-Lyoner	100 g	1,29 €
SALAT: Farmersalat	100 g	0,90 €
KÄSE: Schweizer Emmentaler	100 g	1,99 €
FISCH: Pangasiusfilet	100 g	1,29 €
Bierpfanne	kg	11,90 €

Diese Woche bezogen wir unsere Schlachttiere von folgenden Landwirten:
Rind: Wehrle, Käsacker; Schweine: Weiß, Efr.-Kirchen



Kein Stillstand im Büro:

Wir sind für Sie da.

Der Handel handelt...

Für Bestellungen, Lieferung, Beratung und Service erreichen Sie uns telefonisch, per E-Mail oder im **Webshop 24/7**.

Wir liefern frei Haus, auch ins HomeOffice. Vorab bestellte Ware können Sie an unserem Counter in Binzen direkt abholen (Mo. bis Fr. 8 - 16 Uhr, gew. Kunden).

www.resin.de, info@resin.de
79589 Binzen, Am Dreispitz 6, Tel. 07621/666-292

resin

WIR REPARIEREN UND VERKAUFEN

Elektrogeräte • TV • **Miele**
Kaffeemaschinen • Sat • Zubehör

☎ 07621 67 37

✉ info@elektro-radio-bucher.de

📍 Ladengeschäft 1. OG
Mo-Fr 09:00-12:00 Uhr
Freiburger Str. 94, 79576 Weil - Haltingen

**b elektro
radio
bucher**

Glas Goertz

Glas + Spiegel



- **DORMA** Interior-Glaspartner
- Glashandel
- Glasschleiferei
- Glastüren / Glasmöbel
- Echtglasduschen auf Maß
- Glasrückwände
- Küchenrückwände aus Glas
- CNC-Glasbearbeitung

Glas Goertz · Manfred Goertz · Glasermeister
Gewerbestraße 7 · 79595 Rümmlingen · Tel. 07621/422 479-0 · Fax -50
www.glas-goertz.de · info@glas-goertz.de
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 7.30 - 17.00 Uhr

Was ist meine Immobilie aktuell Wert?

Corona verändert den Immobilienmarkt. Grundstücke im Umland sind stark gefragt. Profitieren Sie von der günstigen Marktentwicklung und verkaufen Sie jetzt mit RE/MAX.



**Gratis Immobilienbewertung unter
remax-loerrach.de**

Kostenlose und bankenunabhängige Immobilienberatung.

Info-Telefon: 07621/986 8817

RE/MAX

mike.bach@remax-loerrach.de
IHK zertifizierter Immobilienmakler

Liebe Kunden!

Danke für Ihre Treue im letzten, außergewöhnlichen Jahr. Zuversichtlich möchte ich mit Ihnen ins neue Jahr starten.

Meine Goldschmiedewerkstatt ist für Sie weiterhin geöffnet!

Aufträge können also von Ihnen abgegeben und abgeholt werden. Der Verkauf von Schmuck ist zur Zeit leider nicht möglich.

Ich habe jedoch einen "SCHAUFENSTERSHOP" für Sie eingerichtet.

Der ausgestellte Schmuck in den Außenvitrinen ist nummeriert und kann von Ihnen telefonisch oder per E-Mail bestellt werden. Schauen Sie einfach mal vorbei, nähere Infos finden Sie vor Ort.

Gerne können Sie auch einen Geschenkgutschein bestellen.

Über Ihre Unterstützung würde ich mich freuen, bleiben Sie gesund!
Ihre Andrea Schlüter

Hauptstraße 44a „Binzen, Tel. 07621/669467

Öffnungszeiten Werkstatt :

Di.-Fr. 9.30-12.30 Uhr u. 14.00-18.00 Uhr

Sa. 9.30-12.30 Uhr

www.goldschmiede-artandrea.de

artandrea@t-online.de

ART ANDREA

Die Goldschmiede
im Rathaus Binzen



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

Profitieren Sie von unserer über 40-jährigen Erfahrung.
Rufen Sie uns an, mit uns kann man reden!

GARANT
IMMOBILIEN

Telefon: 0761 88 85 72-70
freiburg@garant-immo.de
www.garant-immo.de



Volksbildungswerk

PROGRAMM
Frühjahr 2020

P R O G R A M M

des Volksbildungswerkes Efringen-Kirchen Frühjahr 2020

Das Volksbildungswerk ist eine öffentliche Einrichtung, die allen Kreisen der Bevölkerung dienen soll. Es bietet Themen aus vielen Wissensgebieten in gut verständlicher Darstellung ohne politische und konfessionelle Ausrichtung an. Es setzt Bereitschaft zur Mitarbeit voraus und will zur Auseinandersetzung mit Lebens- und Zeitfragen anregen.

ALLGEMEINES

» GESCHÄFTSSTELLE

Bürgermeisteramt Efringen-Kirchen, Hauptstr. 26,
Tel. 07628/806-0

» ANMELDUNG

An das Volksbildungswerk Efringen-Kirchen, Rathaus, Tel: 07628/806-0, sofern nichts anderes angegeben. Rechtzeitige Anmeldung zu Beginn der Kurse ist erforderlich, da die Kurse in der Regel nur bei einer Mindestzahl von 10 Teilnehmern (Gymnastik 15 Teilnehmer) durchgeführt werden können.

» RÜCKFRAGEN

Telefonisch bei Frau Kapfer, Efringen-Kirchen,
Tel. 07628/94 14 96 oder über
email: vbw.efringen.kirchen@gmail.com.

» KURS- UND ARBEITSRÄUME

Falls nicht anders angegeben, finden die Kurse und Veranstaltungen in den Räumen des Schulzentrums Efringen-Kirchen statt. Bei genügender Beteiligung werden auch Kurse in den Ortsteilen durchgeführt.

» TEILNAHMEBESCHEINIGUNG

Auf Wunsch werden Teilnahmebescheinigungen ausgestellt, die Angaben über den behandelten Unterrichtsstoff enthalten.

» DAUER DER KURSE

In der Regel 10 Stunden.

» GEBÜHREN

Wenn nicht anders angegeben 42.- €, bei mindestens 12 TeilnehmerInnen für die 90 Minuten Kurse, 29.- € für die 60 Minuten Kurse. (Materialien gehen zu Lasten der Teilnehmer), für Gymnastikkurse (1 Stunde je Abend) betragen die Gebühren 24.- € bei mindestens 15 TeilnehmerInnen. Die Gebühren werden am ersten Abend erhoben oder auf das Konto bei der Sparkasse Markgräflerland, Efringen-Kirchen, IBAN: DE42 6835 1865 0007 3665 86, SWIFT-BIC: SOLADES1MGL, überwiesen.

» BEGINN

Wenn nicht anders angegeben, beginnen die Kurse in der Woche ab Montag, dem 20.01.2020. Terminverschiebungen sind nach Absprache mit den Lehrkräften möglich.

» UNTERRICHTSFREIE TAGE

Während der allgemeinen Schulferien und an sonstigen schulfreien Tagen finden keine Kurse statt, soweit nichts anderes mit den Kursteilnehmern vereinbart wird.

» HAFTUNG

Das Volksbildungswerk übernimmt gegenüber den Teilnehmern aller Veranstaltungen keine Haftung, auch nicht für Unfälle und den Verlust von Kleidungsstücken oder Gegenständen. Es wird empfohlen, die Garderobe mit in die Unterrichtsräume zu nehmen.

» HINWEIS IN DER PRESSE

Die Teilnehmer werden gebeten, die Bekanntmachungen des Volksbildungswerkes im Gemeindemitteilungsblatt und in den Tageszeitungen zu beachten.

Alle Angaben ohne Gewähr.

EINZELVERANSTALTUNGEN UND ZUSÄTZLICHE VERANSTALTUNGEN

KAMMERKONZERTE EFRINGEN-KIRCHEN

Das Programm der Kammerkonzerte wird gesondert veröffentlicht.

AUSSTELLUNGEN

Werden gesondert angekündigt.

KURSE

» MONTAG

1. **Gymnastik in Mappach**
Zeit: 20:00 – 21:00 Uhr
Leitung: Vesna Brkic
Beginn: 20.01.2020
2. **Gymnastik in Wintersweiler (Bürgersaal)**
Zeit: 20:00 – 21:00 Uhr
Ort: Bürgersaal
Leitung: Isabelle Elbers
Beginn: 20.01.2020
- 3./4. **Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule**
Vermittelt wird eine rückenschulgerechte Wirbelsäulengymnastik in kleinen Gruppen zur Vermeidung oder Linderung von Schmerzen im Bewegungsapparat. Zudem können Rücken- u./o. Gelenkprobleme einzeln besprochen und Tipps zur Selbsthilfe eingeholt werden. Bitte beachten Sie hierzu auch bei Bedarf zur individuellen Beratung die Bewegungssprechstunde am Mittwoch und die Vortragsabende.
Bitte mitbringen: Iso-Matte oder Decke, sportliches Schuhwerk und Kleidung
Zeit: montags, jeweils 18:30 – 19:30 Uhr und 19:30 – 20:30 Uhr
Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock, Fitness-Trainerin „Rückengesundheit im Breitensport“ P-Lizenz
Ort: Saal in der Alten Schule
Gebühr: 30,- € für 10 Mal, bei mind. 11 Teilnehmern (bitte passend zum Kursbeginn mitbringen)
Anfragen bitte direkt bei der Kursleitung, Tel.: 0172 / 760 65 75
Beginn: 27.01.2020
Es sind wieder wenige Plätze frei
5. **Ganzkörpergymnastik für Frauen Spät/le in Huttingen**
Allgemeine Gymnastik zur Förderung des Wohlbefindens
Zeit: 18:45 – 19:45 Uhr
Leitung: Martina Flathmann
Beginn: 13.01.2020
Neuanmeldungen sind willkommen!
6. **Rückengymnastik für Sie & Ihn in Huttingen**
Übungen zur Kräftigung und Verbesserung der Beweglichkeit für eine ausgewogene Körperhaltung!
Zeit: 19:45 – 20:45 Uhr
Leitung: Martina Flathmann
Beginn: 13.01.2020
Neuanmeldungen sind willkommen!
7. **Bauchtanz mit Beckenbodengymnastik und Rückenschule**
Für Frauen, die sich manchmal körperlich und geistig müde und kraftlos fühlen. Sie lernen, sich wieder lebendig und eins mit ihrem Körper zu fühlen.
Zeit: 18:30 – 20:00 Uhr
Leitung: Ayna Adelman, ausgebildete Tanztherapeutin und Bauchtanzlehrerin
- Ort: bei Fr. Adelman, Im Augster 11, Fischingen Tel. 076 28 / 24 64
Gebühr: 30,- € für 8 Abende
Beginn: 20.01.2020
8. **Bodyforming & ZUMBA® Fitness-Training**
Aufgrund der coolen und fetzigen Musik, machen die unterschiedlichen und schweißtreibenden Workouts besonders viel Spaß! Komme in die Trainingsstunde und überzeuge dich selbst davon.
Zeit: 18:30 – 19:30 Uhr
Leitung: Sina Münster
Ort: Gemeindehalle Welmlingen
Beginn: 13.01.2020
keine Vorkenntnisse erforderlich
9. **MUSIMO 2 – Folgefahrt mit dem Musikmobil**
Das lustige Musikmobil folgt mit seinem Fahrplan den neuen Richtlinien in der Erziehung für Kinder im Kindergartenalter und hält im Fahrplan Übungsfelder zur Entwicklung allgemeiner Fähigkeiten bereit: Das Interesse an Musik wird durch Körperschulung und Freude am Singen und Sprechen vertieft. Das außerordentlich umfangreiche Angebot in den Stunden entwickelt eine höhere Konzentration und bildet das musikalische Vorstellungsvermögen der Schüler aus. Die Fahrt geht los für Kinder ab 5 Jahren.
Zeit: montags, 15:30 Uhr (40 min.)
Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock
Ort: Saal in der *Alten Schule*
Gebühr: 25,- €/Monat per Dauerauftrag min. 5, max. 9 Teilnehmer
Beginn: 27.01.2020
durchlaufender Kurs bis zum 31.10.2020, ein Einstieg ist nach Absprache möglich
10. **Der ausgezeichnete Flötenkurs: Erlerne die Sechston-Flöte, ab 7 Jahren**
Musizieren fördert die Konzentration und führt zu harmonisch gesteigerter Koordination von Geist und Körper. Die individuellen Vorlieben des Schülers erhalten Raum im Ausprobieren, unterschiedliche Klangqualitäten können erprobt werden und in der Kleingruppe reflektiert der Schüler seine Klangerlebnisse und kann sich so optimal weiterentwickeln.
Die Sechston-Flöte von Fa. Huber, einem hochwertigen Instrument aus dem Schweizer Blockflötenbau, erleichtert das feinmotorische Fingerspiel erheblich und es werden die ersten Töne aus der Sprachmelodie in Blockflötensprache umgesetzt. Erste Lieder im Sechstonraum, selbst produziert machen das Spiel auf dem Instrument rasch erfolgreich und die Schüler lernen das Notenlesen spielerisch.
Zeit: montags, 14:50 Uhr (40 min.)
Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock
Ort: Saal in der *Alten Schule*
Gebühr: 28,- €/Monat bei min. 4 Teilnehmern, 50,- €/Monat bei 2 Teilnehmer, max. 5 Teilnehmer
Beginn: 27.01.2020
durchlaufender Kurs bis zum 31.10.2020, Einstieg nach Absprache möglich

11. Spiele die Sechston-Flöte im ausgezeichneten Flötenkurs - ab 8 Jahren

Musizieren fördert die Konzentration, gibt dem Selbstbewusstsein Raum und führt zu harmonischer Struktur in Koordination von Geist und Körper. Die individuellen Vorlieben des Schülers werden berücksichtigt, Klangqualitäten können in der Kleingruppe erprobt werden und garantieren Klangerlebnisse, die der Entwicklung der Kompetenzen des Schülers förderlich sind.

Die Sechston-Flöte von Fa. Huber, einem hochwertigen Instrument aus dem Schweizer Blockflötenbau, erleichtert das saubere Spiel und die Sprachmelodie wird rasch umgesetzt. Lieder im Sechstonraum begleiten den Schüler durch das Jahr und das Notenlesen geschieht spielerisch.

Zeit: montags, 16:15 Uhr (40 min)

Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock

Gebühr: 28,50 € / Monat per Dauerauftrag, bei mind. 4 Teilnehmern,
50,- € / Monat per Dauerauftrag, bei 2 Teilnehmern
Max. 5 Teilnehmer

Ort: Saal in der *Alten Schule*

Beginn: 27.01.2020

durchlaufender Kurs bis zum 31.10.2020, ein Einstieg ist nach Absprache möglich.

12. Rhythmustraining in Bewegung und Instrumentalspiel

Der Kurs vermittelt Grundschulern das durchgehende Fühlen des Rhythmus und bringt Aufbau und Formen der Musik nahe. Rhythmus, Harmonie und Melodie sind wichtige, fördernde Begleiter in unserem Leben und werden im Spiel gestaltet und erlebt, weil wir gemeinsam musizieren: Flöten und Gesang, Trommeln und Ukulele begleiten die bewegten Musikstunden!

Resonanzräume werden durch das Atmen, dem Sprechen und im Bewegen optimal aktiviert und aus dem Musizieren regenerieren die Schüler Kraft. Der Kurs ist geeignet für alle ab 8 Jahren, die Spaß an rhythmischer Musik haben.

Zeit: montags, 17:00 Uhr (40 min.)

Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock

Ort: Saal in der *Alten Schule*

Gebühr: 28,50 €/Monat per Dauerauftrag, bei min. 4 max. 6 Teilnehmer

Beginn: 27.01.2020

durchlaufender Kurs bis zum 31.10.2020, ein Einstieg ist nach Absprache möglich

DIENSTAG

13. Atmung – Bewegung - Meditation

Zeit: 19:30 – 20:30 Uhr

Leitung: Roswitha Heitzler, Heilpraktikerin

Ort: Rathaussaal Kleinkems

Gebühr: 30,- € für 5 Abende

Isomatte und Schreibzeug mitbringen!

Beginn: 21.01.2020

14. Bauchtanz mit Beckenbodengymnastik und Rückenschule

Für Frauen, die sich manchmal körperlich und geistig müde und kraftlos fühlen. Sie lernen, sich wieder lebendig und eins mit ihrem Körper zu fühlen.

Die Kursgebühren werden von einigen Krankenkassen ganz, bzw. teilweise erstattet.

Zeit: 19:30 – 21:00 Uhr

Leitung: Ayna Adelman, Tanztherapeutin und Bauchtanzlehrerin

Ort: bei Frau Adelman, Im Augster 11, Fischingen Tel. 076 28 / 24 64

Gebühr: 30,- € für 8 Abende

Beginn: 21.01.2020

15. Klassisches Hatha-Yoga

Hatha Yoga ist eine ganzheitliche und erprobte Methode um Körper, Geist und Seele bewusster wahrnehmen zu können. Jede Einheit dieses Kurses beinhaltet eine Anfangs- und Schlusssentspannung, Atemübungen (Pranayama) und Körperhaltungen (Asanas). Das Ziel ist Ruhe und Entspannung zu erlangen und den eigenen Körper bewusster wahrzunehmen. Bitte Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung, Sitzkissen mitbringen. Vor dem Kurs nichts „Schweres“ essen.

Zeit: 19:00 – 20:30 Uhr

Leitung: Bettina Wüst

Ort: Schulzentrum, Lernwerkstatt

Gebühr: 45,- € für 10 Abende

Beginn: 14.01.2020

16. Kurs Heilpflanze des Monats:

Heilkraft aus Gemüse nutzen - Praktisch!

Kennen Sie eigentlich die großartigen gesundheitlichen Wirkungen heimischer Gemüsesorten? Mit dem Einkauf vom Wochenmarkt bringen Sie überaus viel Heilkraft aus Obst und Gemüse mit nach Hause!

Der Kurs Heilkraft aus Gemüse nutzen will zeigen, wie Sie aus den natürlichen Kraftpaketen der winterlichen Gemüsevorräte essentielle Stoffe für Ihre Gesundheit nutzen können: Wenden Sie die optimale Zubereitung an, um für Ihre Gesundheit zu profitieren!

Lernen Sie, wie einfach die Rezepte für Heilzubereitungen aus Obst und Gemüse sind.

An jedem Abend wird ein „Kraftpaket der Natur“ in seiner gesamten Vielfalt besprochen, die beste Verarbeitungsform vorgestellt und unterschiedliche Zubereitungsformen erklärt, die nützliche Inhaltsstoffe freisetzen. Schwelgen Sie in den wohlriechenden Anwendungen, stärken Sie Ihr Immunsystem an diesen „gesunden Abenden“.

Zeit: 20:00 – 21:30 Uhr

Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock

Ort: Efringen-Kirchen, genauer Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekanntgegeben

Gebühr: Kostengünstig: einen Dreierblock zu 33,- € für drei Kurstermine nach Ihrer Wahl, zzgl. 14,- € Materialkosten.
Einzelne Buchung: die Kursgebühr beträgt 22,- € pro Abend. Die Materialkosten sind in diesem Betrag enthalten.

Termine: 28.01.2020

04.02.2020

10.03.2020

28.07.2020

Anmeldung erforderlich, da begrenzte Teilnehmerzahl. Anmeldung unbedingt bis 5 Werktage vor Kursbeginn.

Neu

17. Französisch II

Zeit: 18:45 – 19:45 Uhr
 Leitung: Arlette Bucher-Machalon
 Ort: Schulzentrum, Zi. 2401
 Gebühr: 30,- € bei min. 12 Teilnehmern
 Beginn: 21.01.2020

18. Kurs Heilpflanze des Monats:**Jeden Monat ein neuer Star am Wegesrand**

Kennen Sie eigentlich die heilsamen Wirkungen heimischer Grünpflanzen am Wegesrand?

Der Kurs möchte Sie auf die grandiosen Heilpflanzen, die unsere Wege oft unbeachtet säumen, aufmerksam machen. Lernen Sie, wie einfach die großen Heiler zu erkennen sind und wie sie zur Gesunderhaltung eingesetzt werden können. Die Eigenschaften derjenigen Pflanze, die aktuell in diesem Monat in der Natur wächst, werden in Bezug auf eine mögliche Verwendung zur persönlichen Gesunderhaltung und Gesundung untersucht, besprochen und ausprobiert. Lassen Sie sich in die Kräuterwelt entführen:
 mit Geschichten und Fakten tauchen Sie in die Vielseitigkeit der Pflanze ein!

Eine Pflanzenmischung, frisch von Ihnen hergestellt, können Sie an diesem Abend mit nach Hause nehmen.

Zeit: 20:00 – 21:30 Uhr
 Leitung: Cornelia Dziedzina - Langrock
 Ort: Efringen-Kirchen, genauer Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekanntgegeben
 Gebühr: Kostengünstig: einen Dreierblock zu 33,- € für drei Kurstermine nach Ihrer Wahl, zzgl. 14,- € Materialkosten.
 Einzelne Buchung: die Kursgebühr beträgt 22,- € pro Abend. Die Materialkosten sind in diesem Betrag enthalten.

Termine: 28.04.2020
 12.05.2020
 26.05.2020
 23.06.2020
 14.07.2020

Ort: Saal in der *Alten Schule*
 Gebühr: 8,- € für einen persönlichen Termin am Morgen

Beginn: 05.02.2020, in den Ferien und im Januar 2020 finden keine Sprechstunden statt.

Anmeldung: ist unbedingt erforderlich
 Reservierung: telefonisch bei Frau Kapfer oder der Kursleitung

20. QiGong als Bewegung am Mittwochmorgen

Schwerpunkt wird die Lehrreihe für Gesundheitserhaltendes-QiGong sein.

In diesem Kurs führen Sie gezielt zusammengestellte Bewegungen aus der Lehre des QiGong aus, die im Menschen ein herrliches Gleichgewicht zwischen Umwelt, Körper und Geist herstellen. Diese Übungen sind leicht zu erlernen und verbinden die Technik der Ein- und Ausatmung mit den Übungen für Gesundheit und Fitness: So kann die Funktion der inneren Organe nachhaltig beeinflusst werden. Dabei sind alle Übungen frei von Nebenwirkungen und helfen besonders bei chronischen Krankheiten, Leichtigkeit und Lebensfreude zu erhalten.

Zielgruppe sind Menschen aller Altersgruppen in jedem persönlich unterschiedlichem Gesundheitszustand.

Zeit: mittwochs, 09:15 – 10:00 Uhr
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock, Dozentin für QiGong

Ort: Saal in der *Alten Schule*
 Gebühr: 30,- € für 10 Kurstage, bei min. 10 Teilnehmern, zzgl. 2,- € Gebühr/Teilnahme

Gerne dürfen Sie sich beraten lassen (siehe Sprechstunde) und an einem kostenlosen Probetraining teilnehmen!

Beginn: 29.01.2020

dies ist ein durchlaufender Kurs, der immer, außer in den Schulferien, stattfindet.

21. Beweglicher und schmerzfreier RÜCKEN

Sie können Übungen für einen gesunden Rücken kennenlernen, um die Leichtigkeit für die Aufrichtung des Körpers von innen heraus zu erlernen, damit die Schultern entspannt auf Ihrem locker aufgerichteten Rücken gleiten können und sich der Rücken beschwerdefrei anfühlt. Das Bewegungszentrum Rücken sorgt für eine gesunde Aufrichtung, die die Schultern entlastet und den Nackenverspannungen „Ade“ sagt!

Dieser Kurs bietet den Zugang zu einem besseren Lebensgefühl durch entlastete Rückenmuskulatur. Die Kursleitung arbeitet mit einem kreativen Mentaltraining, welche Bewegung bei der Atmung im Zwerchfell auch in einem entspannten Rücken spürbar werden lässt. Überzeugen Sie sich von den bleibenden Resultaten! Wohlbefinden herstellen, das gelingt durch Bewegungssequenzen aus diesem Kurs und kann gezielt in Ihr Gesundheitsprogramm integriert werden.

Zeit: mittwochs, 10:05 – 10:50 Uhr
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock, Lizenz-Trainerin Franklin-Methode®

Ort: Saal in der *Alten Schule*
 Gebühr: 30,- € für 5 Kurstage, mind. 6 Teilnehmer

Beginn: 22.01.2020

Gerne dürfen Sie an einem kostenlosen Probetraining teilnehmen.

» MITTWOCH

19. Bewegungs-Sprechstunde**am Mittwochmorgen im Museum**

Rückenschmerzen? Knieprobleme? Steifer Nacken? Verspannte Schultern? Kopfschmerzen, Spannungskopfschmerz?

Der Kurs bietet sich an, um die leidigen Begleiter zu analysieren. Lernen Sie Ihre Körperwahrnehmung zum positiven zu verändern! Informieren Sie sich in einer persönlichen Bewegungsanalyse über die Vielzahl von Möglichkeiten, die lästigen Begleiter loszuwerden. Sie erfahren, welche passende Variation der Bewegungsmöglichkeiten zu Ihrem Bewegungs- und Beschwerdemuster passt. Starten Sie mit Zuversicht Ihr persönliches Trainingsprogramm mit dem Sie Muskeln, Sehnen und Gelenke stärken können und Ihrer Seele wieder ein freundliches Zuhause bieten können.

Zeit: mittwochs, 8:30 - 9:15 Uhr
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock

22./23. Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule

Vermittelt wird eine rükkenschulgerechte Wirbelsäulengymnastik in kleinen Gruppen zur Vermeidung oder Linderung von Schmerzen im Bewegungsapparat.

Zudem können Rücken- u./o. Gelenkprobleme einzeln besprochen und Tipps zur Selbsthilfe eingeholt werden. Bitte beachten Sie hierzu auch bei Bedarf zur individuellen Beratung die Bewegungssprechstunde am Mittwoch und die Vortragsabende.

Zu den Kursen sind eine Iso-Matte oder Decke, sportliches Schuhwerk und Kleidung notwendig.

Zur Zeit sind wieder wenige Plätze verfügbar.

Zeit: mittwochs, jeweils von
18:30 – 19:30 Uhr
und 19:30 – 20:30 Uhr

Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock, Fitness-Trainerin „Rückengesundheit im Breitensport“ P-Lizenz

Ort: Schulzentrum, Lernwerkstatt

Gebühr: 30,- € für 10 Mal, bei 11 Teilnehmern (bitte passend zum Kursbeginn mitbringen)

Beginn: 29.01.2020

**Anfragen: bitte direkt bei der Kursleitung,
Tel.: 0172 / 760 65 75**

24. Bodyfit - Kraft- Ausdauer und Beweglichkeit für den ganzen Körper

moderates Training in gemischten Gruppen

Zeit: 18:30 – 19:30 Uhr

Leitung: Patrick Ziegelmüller und Birgit Graf

Ort: Gemeindehalle Huttingen

Gebühr: 35,- € für 10 Stunden

Beginn: 08.01.2020

Neuanmeldung sind willkommen!

25. bodyfit -Kraft- Ausdauer und Beweglichkeit für den ganzen Körper

Intensives Training in gemischten Gruppen

Zeit: 19:30 – 20:30 Uhr

Leitung: Patrick Ziegelmüller und Birgit Graf

Ort: Gemeindehalle Huttingen

Gebühr: 35,- € für 10 Stunden

Beginn: 08.01.2020

Neuanmeldungen sind willkommen!

26. Wirbelsäulen-, Stretching, Rhythmische- und Herzkreislaufgymnastik

Zeit: 19:00 – 20:00 Uhr

Leitung: Vesna Brkic

Ort: Rathaussaal Kleinkems

Beginn: 22.01.2020

27. Wohlfühlgymnastik 50+ Hilfen für den Alltag

Wir erlernen verschiedene Heilmethoden, z.B. PME nach Jacobsen für die 5 Minuten Erholungspause. Zur Beweglichmachung und Stärkung unseres Powerhouses verwenden wir den Togu – Ball. Alle Hilfsmittel werden bereitgestellt.

Zeit: 19:30 – 20:30 Uhr

Leitung: Frau Adelman

Ort: Gemeindehalle Welmlingen

Beginn: 22.01.2020

28. Der rote Klapperbus klappert – Komm steig ein!

Der rote Klapperbus nimmt alle Kinder auf seiner Reise über die Musikinsel mit. Viele musikalische Abenteuer warten, von den Musikschülern ent-

deckt zu werden. Zahlreiche Obstsorten werden von den Kinder musikalisch gepflückt: Das endet am Schluss des Kurses nicht nur in einem musikalischen Obstsalat!

Der Lehrgang vermittelt für Kinder ab 5 Jahren erste Notenkenntnisse und setzt sich spielerisch kreativ mit dem Rhythmus im Alltag der Kinder auseinander. Erlernt werden Pattern zur Liedbegleitung auf der Trommel und Orff-Instrumenten.

Der Kurs ist geeignet für alle, die sich im Erleben und Hören von Musik üben wollen. Das körperliche Empfinden von Rhythmen und das Verstehen von Musik stehen methodisch im Vordergrund. Klangempfinden, Erleben und Phrasierung werden nach den Richtlinien des neuen Bildungsplanes geschult. Der Kurs vom Klapperbus ist Basis für eine weiterführende Ausbildung und macht die Teilnehmer rhythmisch fit.

Zeit: mittwochs, 16:45 – 17:25 Uhr

Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock

Ort: Saal in der *Alten Schule*

Gebühr: 25,50 € / Monat, bei mind. 5 Teilnehmern max. 9 Teilnehmer

Beginn: 17.06.2020

durchlaufender Kurs bis zum 31.10.2020

» DONNERSTAG

29. Bodyforming & ZUMBA® Fitness Training

Aufgrund der coolen und fetzigen Musik machen die unterschiedlichen schweißtreibenden Workouts besonders viel Spaß. Überzeuge dich selbst davon.

Zeit: 19:30 – 20:30 Uhr

Leitung: Sina Münster

Ort: Gemeindehalle Welmlingen

Beginn: 16.01.2020

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

30. Französisch Konversation

Zeit: 19:00 – 20:00 Uhr

Leitung: Arlette Bucher-Michalon

Ort: Schulzentrum, Zimmer 2401

Gebühr: 30,- € bei mindestens 12 Teilnehmern

Beginn: 23.01.2020

Neuanmeldungen sind herzlich willkommen!

31. Turnen für Mutter und Kind

Zeit: 17:00 – 18:00 Uhr

Leitung: Tina Furtwängler und Jennifer Medam

Ort: Hermann-Burte-Halle

Gebühr: 20,- €, für jedes weitere Kind 2,50 € - aber max. 25,- €

Gebühr muss bis zur zweiten Stunde bezahlt werden. Max. 25 teilnehmende Kinder.

Warteliste bei Überbelegung: Anmeldungen bitte direkt bei Frau Furtwängler: tinafurtwaengler@gmail.com

Beginn: 09.01.2020

32. Rhythmuskurs mit Buch und Cajon ab 7 Jahren

In der Kleingruppe führt das Spielen der Rhythmen rasch zu verbessertem Sozialverhalten: Trommeln auf der besonderen Sitz-Trommel (Cajon) ist kollektives Aufmerksamkeitstraining und fördert Selbstbewusstsein und Feinmotorik.

Rhythmus ist ein Teil des Lebens - ihn zu spüren und genussvoll zu empfinden birgt Lebensqualität und ist bewusstes Gehirntaining. Rhythmischen Impulsen zu folgen, sensibilisiert für die Feinheiten in Musik und im Leben. Ergänzend wird rhythmisch genaues Sprechen eingesetzt, um Ordnung und Struktur der musikalischen Grundlagen systematisch erfassen zu können.

Zeit: donnerstags, 15:20 Uhr (40 min)
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock
 Ort: Saal in der *Alten Schule*
 Gebühr: 28,- €/Monat per Dauerauftrag, bei min. 4 Teilnehmern, max. 7 Teilnehmer

Beginn: 30.01.2020
durchlaufender Kurs bis zum 31.10.2020, ein Einstieg ist nach Absprache möglich

33. Das Noten-ABC für Schüler ab 8 Jahren

Der Lehrgang vermittelt und vertieft Notenkenntnisse und setzt sich kreativ mit unterschiedlichen Musikformen auseinander. Erlernt werden Pattern zur Liedbegleitung auf kleinen Trommeln und die Kondition zur rhythmischen Unterstützung von Liedern und Musikstücken wird trainiert. Mit den bunten Röhren (Boomwhackern) kann Musik in Bewegung erlebt werden. Dadurch festigt sich der Lernansatz besser und wird im Gehirn verankert.

Das körperliche Empfinden, der Rhythmus und das Verstehen von Musik stehen methodisch im Vordergrund, Klangempfinden und Phrasierung werden geschult. Der Kurs legt die theoretische Basis für eine weiterführende Instrumental- und Musikausbildung: Das Notenschreiben wird erlernt und das Notierte umgesetzt in Musik.

Zeit: donnerstags, 16:20 Uhr (40 min)
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock
 Ort: Saal in der *Alten Schule*
 Gebühr: 28,- €/Monat per Dauerauftrag, mind. 4 Teilnehmer, max. 8 Teilnehmer

Beginn: 30.01.2020
Einstieg nach Absprache u. Schnupperstunde möglich

34. Spiele die Sechston-Flöte im ausgezeichneten Flötenkurs - ab 9 Jahren

Musizieren fördert die Konzentration, gibt dem Selbstbewusstsein Raum und führt zu harmonischer Struktur in Koordination von Geist und Körper. Die individuellen Vorlieben des Schülers werden berücksichtigt, er kann Klangqualitäten in der Kleingruppe erproben: Diese Klangerlebnisse, gemeinsam erlebt, garantieren die Entwicklung der Kompetenzen des Schülers.

Die Sechston-Flöte von Fa. Huber, einem hochwertigen Instrument aus dem Schweizer Blockflötenbau, erleichtert das saubere und störungsfreie Spiel auf der Blockflöte und führt das Spiel der Alt-Blockflöte ein. Lieder im Sechstonraum begleiten den Schüler durch das Jahr und das Notenlesen geschieht spielerisch.

Zeit: donnerstags, 17:30 Uhr (40 min)
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock
 Ort: Saal in der *Alten Schule*
 Gebühr: 28,- €/Monat, bei mind. 4 Teilnehmern, 50,- €/Monat, bei 2 Teilnehmern max. 5 Teilnehmer

Bitte richten Sie einen Dauerauftrag ein.

Beginn: 30.01.2020
durchlaufender Kurs bis zum 31.10.2020, ein Einstieg ist nach Absprache möglich.

35. Blockflöten-Ensemble

Mehrstimmiges Spiel für fortgeschrittene Schüler des Blockflöten-Quartetts

Zeit: donnerstags, 18:30 Uhr (40 min)
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock
 Ort: Saal in der *Alten Schule*
 Gebühr: 28,- € pro Monat, bei mind. 4 Teilnehmern, maximal 8 Teilnehmer

Beginn: 30.01.2020
durchlaufender Kurs bis zum 31.10.2020
Ein Einstieg ist nach Absprache möglich. – Schnupperstunde möglich.

36. Piraten feiern Fastnacht, ab 6 Jahren

Diese bewegungsorientierte Musikstunde ist für alle Rhythmushungrigen, Bewegungslustigen und Wissensdurstigen, die Musik gern mit allen Sinnen erleben möchten. Die Bewegungsförderung steht im Vordergrund der Musikstunde und fördert damit die Konzentrationsfähigkeit der Kinder. Die bunten Röhren bieten ein ganzheitliches Bewegungskonzept, bei dem auch der Hörsinn speziell geschult wird.

Lust auf mehr macht dieser Kursblock, der sich in der Auswahl der Musikstücke mit der Welt der Piraten auseinandersetzt! Mit Notenkartchen zum Ausschneiden führt der Kurs vom simplen Grundschlagempfinden bis hin zum gemeinsamen Rhythmischen Musizieren und erste Notation der Abenteuer in Notenschrift.

Zeit: donnerstags, 14:40 Uhr (40 min)
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock
 Ort: Saal in der *Alten Schule*
 Gebühr: 35,- € für 4 Musikstunden, bei mind. 4 Schülern max. 9 Schüler

Beginn: 30.01.2020

» UNSERE EXTRAS

37. Ätherische Öle und Hydrolate für die Frau

Ätherische Öle oder Hydrolate regulieren sanft körperliche und seelische Prozesse und können Probleme wie Schlafstörungen, Zyklusbeschwerden oder Stimmungsschwankungen lindern. Wir besprechen einige wichtige Ätherische Öle und Hydrolate, und sie lernen deren sichere Anwendung. Im Praxisteil erlernen sie eine entspannende Handmassage mit ätherischen Ölen. Bitte ein Handtuch mitbringen.

Außerdem werden weitere Tipps und Rezepte für Anwendungsmöglichkeiten gegeben.

Zeit: 14:00 – 17:00 Uhr
 Leitung: Katrin Stieber Aromaberaterin, Wechseljahresberaterin
 Ort: Saal in der *Alten Schule*
 Gebühr: 8,- € plus 10,- € Materialkosten,

Termin: 22.02.2020
Anmeldeschluss 2 Tage vorher

38. Nana Kurs oder Fantasy chair

Nach dem Vorbild der Künstlerin Niki de Saint Phalle kreieren wir unsere eigene Nana. Mit Draht, Kleister, Zeitung, Papier und bunten Farben formen wir unser Grundgerüst und bemalen unsere Nana. Beim Bemalen der Nana tauchen wir ab in eine Welt



Neu

Neu

der Farben und Formen und vergessen dabei unseren oft hektischen Alltag. Am Ende des Kurses entsteht eine wunderschöne Nana in der Größe von 100 – 120 cm. Zum Schluss verleihen wir ihr noch den besonderen Glanz.

Leitung: Petra Müller, für Anmeldungen und Rückfragen: 07635 / 82 26 80

Ort: Atelier & more, Kapellengrün 6, 79715 Rheinweiler

Gebühr: 120,- €; inkl. Materialkosten

Mitzubringen sind dementsprechende Kleidung, evtl. ein Malkittel und am zweiten Tag einen Fön. Für den fantasy chair bitte einen funktionsfähigen Holzstuhl ohne Stoff und Metall mitbringen

Teil I: 21.02.2020 von 10:00 – 18:00 Uhr

Teil II: 22.02.2020 von 10:00 – 17:00 Uhr

Teil I: 19.06.2020 von 10:00 – 18:00 Uhr

Teil II: 20.06.2020 von 10:00 – 17:00 Uhr

39. Mini - Nana

Nach dem Vorbild der Künstlerin Niki de Saint Phalle kreieren wir unsere eigene Nana. Mit Draht, Kleister, Zeitung, Papier und bunten Farben formen wir unser Grundgerüst und bemalen unsere Nana. Beim Bemalen der Nana tauchen wir ab in eine Welt der Farben und Formen und vergessen dabei unseren oft hektischen Alltag. Am Ende des Kurses entsteht eine wunderschöne Nana in der Größe von 25 – 30 cm. Zum Schluss verleihen wir ihr noch den besonderen Glanz.

Leitung: Petra Müller für Anmeldungen und Rückfragen: 07635 / 82 26 80 oder info@atelier-petra.de

Ort: Atelier & more, Kapellengrün 6, 79715 Rheinweiler

Gebühr: 45,- € inkl. Materialkosten
max 5 Teilnehmer

Mitzubringen sind dementsprechende Kleidung, evtl. ein Malkittel und am zweiten Tag ein Fön

Teil I: 21.02.2020 von 14:00 - 17:00 Uhr

Teil II: 22.02.2020 von 11:00 – 14:00 Uhr

Teil I: 18.03.2020 von 09:00 – 12:00 Uhr

Teil II: 25.03.2020 von 09:00 – 12:00 Uhr

Teil I: 11.05.2020 von 17:00 - 20:00 Uhr

Teil II: 18.05.2020 von 17:00 – 20:00 Uhr

Teil I: 25.05.2020 von 18:00 – 21:00 Uhr

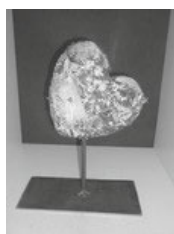
Teil II: 27.05.2020 von 18:00 – 21:00 Uhr



40. ROST SKULPTUREN- Engel oder Herz (je 1 Termin) Selbstgemacht !

Ein Engel der besonderen Art, für sich selbst oder einer anderen Person!

Mit wenig Aufwand und tollen Materialien gestalten wir uns ein Herz, bzw einen Engel in Rostoptik. Dabei verarbeiten wir Styropor, Binder, Powertex und Oxidierungsmittel, mit dem wir den Rosteffekt zaubern. Mit etwas Schlagmetall und Lack veredeln wir das Ganze.



Leitung: Petra Müller, für Anmeldungen und Rückfragen: 07635 / 82 26 80

Ort: Atelier & more, Kapellengrün 6, 79715 Rheinweiler

Gebühr: 34,- € inkl. Materialkosten

Termine: 13.03.2020 von 15:30 – 18:00 Uhr
18.03.2020 von 09:30 – 12:00 Uhr
25.03.2020 von 09:30 – 12:00 Uhr

41. Feenzauber

Mit viel Kreativität zaubern wir uns aus einer Birne, Pappmache, Kleber und Acrylfarbe eine bezaubernde Feenlampe. Sie wird uns jeden Abend mit ihrem Licht verzaubern.- Bezaubern!

Leitung: Petra Müller, für Anmeldungen und Rückfragen: 07635/82 26 80

Ort: Atelier & more, Kapellengrün 6, 79715 Rheinweiler

Gebühr: 18,- € inkl. Materialkosten
ca 22,- – 25,- €
max. 5 Personen

Termin: 17.03.2020 von 17:30 – 20:30 Uhr

Neu

UNSERE VORTRÄGE

Wir bitten Sie, sich auch für die Vorträge telefonisch oder schriftlich anzumelden!

42. Mensch ärgere dich nicht

Eigentlich habe ich mein Kind doch gern und doch gelingt es ihm immer wieder, mich zur Weißglut zu bringen? Warum lasse ich das zu?

Es muss doch einen Weg geben, wie ich mein Kind dabei unterstützen kann, dass es einen stressfreien Lebensweg gehen kann... Was für ein Persönlichkeitstyp ist Ihr Kind? • Lebensqualität trotz Erziehungsstress • Das Geheimnis der Kompetenz • So werden Ihre Wünsche wahr • Gemeinsam im Hier und Jetzt • Mit dem Kind reden – doch wie?

Folgende Themen werden vorgestellt:

1. Was ist ILP?

Kurze Erläuterungen über Entstehung und integrierte Therapieformen

2. Psychographie Prozessorientierte Persönlichkeitstypologie

Jeder Mensch hat sich aus entwicklungspsychologischen Mängelerfahrungen in der Kindheit auf einen Bereich spezialisiert. Er hat somit diese Eigenschaft unbewusst zu seinem ganz persönlichen dominanten Lebenskonzept gemacht.

Zeit: 19:30 – ca. 21:00 Uhr

Leitung: Hansjörg Bühler

Ort: Schulzentrum, Zimmer 2303

Gebühr: 7,- €/Teilnehmer

Termin: 23.01.2020

43. Wie ändere ich meinen Mann?

Wohl jede Frau würde ihren Partner manchmal gern ändern, doch meistens bleibt es beim Versuch - denn schließlich geht das nicht so einfach und schon gar nicht gegen seinen Willen. Doch wenn Sie ihn und sich selbst verstehen lernen, wenn Sie wissen, ob er ein Beziehungs-, Sach- oder Handlungstyp ist, dann werden Sie seine Macken durchschauen und Ihre Beziehung verbessern. Jedes Typ-Problem lässt sich lösen, Frau muss nur wissen, wie's geht: • Was für ein Persönlichkeitstyp ist Ihr Partner? • Lebensqualität trotz Beziehungsstress • Das Geheimnis der Kompetenz • So werden Ihre Wünsche wahr • Gemeinsam im Hier und Jetzt • Mit dem Partner reden, doch wie?

Folgende Themen werden vorgestellt:

1. Was ist ILP?

Kurze Erläuterungen über Entstehung und integrierte Therapieformen

2. Psychographie

– Prozessorientierte Persönlichkeitstypologie

Jeder Mensch hat sich aus entwicklungspsychologischen Mängelerfahrungen in der Kindheit auf einen Bereich spezialisiert. Er hat somit diese Eigenschaft unbewusst zu seinem ganz persönlichen dominanten Lebenskonzept gemacht.

Zeit: 19:30 – ca. 21:00 Uhr

Leitung: Hansjörg Bühler

Ort: Schulzentrum, Zimmer 2305

Gebühr: 7,- €/Teilnehmer

Termin: 06.02.2020

44. Autonomietraining

– verbesserte Lebensqualität

Vielleicht gehören Sie zu den vielen Menschen, die jedes Jahr in Deutschland eine Diagnose bekommen, die ihr Leben verändert. Neben all den existenziell tiefen Fragen wie Warum? Weshalb ich? Werde ich sterben?, sind sicherlich die Fragen nach den realen Überlebenschancen und den dazu notwendigen medizinischen Maßnahmen in den Mittelpunkt Ihrer täglichen Gedanken gerückt. Die modernen Therapien bieten Ihnen fortschrittliche körperliche (somatische) Angebote. Und trotzdem stellen Sie sich wahrscheinlich die Frage, ob es noch zusätzlich ergänzende Möglichkeiten gibt, die Ihre Überlebenschancen und Lebensqualität verbessern können.

Diese Frage wird auch in der Wissenschaft zunehmend wichtiger, da weder die Entstehung noch der Verlauf nur ausschließlich von körperlichen (somatischen bzw. physikalischen) Faktoren abhängen, sondern auch sehr stark von psychischen und sozialen Faktoren mitbestimmt wird. Genau deshalb wurde das Autonomietraining entwickelt. Es ist eine wissenschaftlich begründete ergänzende Möglichkeit, durch welche die meist vernachlässigten psychosozialen Aspekte ins Zentrum gerückt werden. Es wird z.B. mit dem erkrankten Menschen in Form eines Gesprächs das Ziel verfolgt, die psychosozialen belastenden Negativfaktoren zu identifizieren und eine alternative innere Kommunikation oder Verhaltensweise zu finden.

Zeit: 19:30 – ca. 21:00 Uhr

Leitung: Hansjörg Bühler

Ort: Schulzentrum, Zimmer 2305

Gebühr: 7,- €/Teilnehmer

Termin: 19.03.2020

45. Selbstbestimmt bleiben:

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Wer vertritt Sie, wenn Sie nicht können? Ohne Vollmachten sind Sie im Fall der Fälle fremdbestimmt. Rund 90 Prozent der Menschen haben das nicht erledigt. Das liegt unter anderem an den 3 großen Irrtümern zum Thema „Vollmachten“. Im gut 50-minütigen Vortrag klären wir die Irrtümer auf und Sie erfahren, wie Sie das einfach und sicher für sich und Ihre Familie lösen können. Kooperierende Anwaltskanzleien erstellen für Sie rechtskonforme Gesamtvollmachten - einfach und sicher.

Zeit: 18:00 – 19:00 Uhr

Leitung: Tim Pahle, Generationsberater (IHK) u. Testamentvollstrecker (AGT)

Ort: Schulzentrum

Gebühr: kostenlos, Anmeldung zwingend erforderlich!

Termin: 15.01.2020

46. Erstellung eines Notfallordners

Ein übersichtlicher und kompakter Notfall-Ordner hilft den Angehörigen schnell einen Überblick zu bekommen. Der Ordner hilft auch dem Kunden selbst, wenn Dokumente und Notfallkontakte strukturiert und / oder Zugänge an einem Ort übersichtlich zusammengestellt sind.

Die Einrichtung und wichtigsten Themen Register werden besprochen. Einsatzbereiche: privat wie geschäftlich

Ein hochwertiger Notfall Ordner mit 12 Themen Registern und 58 Seiten Vorlagen zum Ausfüllen kann für 29,50 € erworben werden.

Zeit: 19:30 – 20:30 Uhr

Leitung: Tim Pahle, Generationsberater (IHK) u. Testamentvollstrecker (AGT)

Ort: Schulzentrum

Gebühr: kostenlos, eine Anmeldung ist zwingend erforderlich !

Termin: 15.01.2020

47. Fotokurs „Theorie und Praxis“

Im ersten Teil des Fotokurses werden wir vormittags noch einmal unsere Kenntnisse über die Themen Licht, Perspektive, Brennweite, Goldener Schnitt, Linienführung, Tiefenschärfe usw. auffrischen. Nach der Mittagspause treffen wir uns auf dem Vitragelände.

Dort möchten wir zusammen unsere theoretischen Kenntnisse in die Praxis umzusetzen.

Bei einem zweiten Termin am darauf folgenden Samstag steht die Bildanalyse und Bildbetrachtung auf dem Programm.

Für den Fotokurs wird der Fotoapparat und, falls vorhanden, ein Stativ benötigt.

Leitung: Dieter Wilhelm

Ort: Schulzentrum

Gebühr: 30,- € bei mind 8 Teilnehmer
max. 8-14 Teilnehmer

Mitzubringen: Kamera mit Bedienungsanleitung

**Termin: Samstag, 09.05.2020,
10:00 – 16:00 Uhr**

**Termin zweiter Teil (Bildbesprechung): Samstag,
16. Mai 14:00 – ca. 16:00 Uhr**

Neu

UNSERE EXKURSIONEN

48. Exkursionen mit Heilwirkung CCD-Gesundheitsbildung im Freien

Die CCD-Gesundheits-Spaziergänge wollen das Grün in der direkten Umgebung ins Blickfeld setzen und das Bewusstsein für die Dinge des Alltags schärfen.

Spannende Geschichten und Märchen ranken sich um Wald und Baum. Doch es gibt inzwischen auch faszinierende, wissenschaftlich fundierte, Erkenntnisse darüber, wie viel Einfluss Wald und Baum auf die Gesundheit des Menschen haben.

Ein berühmter Dichter formulierte einmal: Wer sich unter einem Baum aufhält, kann in die eigene Seele eintreten. Die persönliche Wahrnehmung mag da sehr unterschiedlich sein, die Wirkung vom Aufenthalt im Wald ist aber in jeden Falle wohltuend gesund und erholsam. So kann sich der Herzschlag erholen, die Seele baumelt und die Sinne beruhigen.

gen sich unter dem grünen Blätterdach. Die Stoffe, die den Bäumen zur Kommunikation untereinander dienen, sind Balsam für Heilungsprozesse des Menschen und stärken das Immunsystem rundherum! Erschöpfung verfliegt bei anregenden Bewegungen und Muskeln entspannen sich, weil der Stress bei amüsanten Geschichten der Kursleiterin keine Chance mehr hat. Anspannung entweicht einfach mal, weil sie grünen Urlaub bekommt - dies sind einige der Wirkungen von Waldboden, Moos, Büschen und Bäumen.

Der Mensch hat die besondere Gabe, Schönheit zu erkennen, die uns umgibt. Entdecken Sie aber auch das Potential der grünen Wegbegleiter: Lassen Sie sich von Bäumen verwöhnen! Nehmen Sie bewusst wahr, welche Schätze sich im Grün verbergen und lernen Sie im Grünen mit den Bäumen zu atmen! Erkennen Sie den Wert der Waldapotheke bei einem Aufenthalt in der Natur vor Ihrer Tür.

Ausprobieren lohnt sich in jeder Hinsicht: Schöpfen Sie mit einfachsten Mitteln Kraft aus der Natur - direkt vor Ihrer Haustür.

Die CCD-Gesundheits-Spaziergänge erfordern gutes, festes Schuhwerk (zu Ihrer eigenen Sicherheit) und bewältigen nur sehr kurze Wegstrecken, damit ausreichend Zeit zum Informationsaustausch bleibt. Besonders diejenigen, die leicht in Ihrer Beweglichkeit eingeschränkt sind, dürfen am Gesundheits-Spaziergang teilnehmen, da Sie in der Fülle der Natur beim Lernen im Grünen Heilkräfte zur Erhaltung von Beweglichkeit und Gesundheit vorgestellt bekommen werden.

Zeit: 16:00 Uhr (90 min)
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock
 Ort: Efringen-Kirchen, genauer Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekanntgegeben
 Gebühr: 9,- € / Nachmittag
 Termine: 11.02.2020, 10.03.2020, 31.03.2020

UNSERE WORKSHOPS

49. Natur-Kur:

Entgiften mit Gemüse und Heilkraut-Tee beinhaltet eine Bewegungseinheit und wird sich mit der erstaunlichen Heilkraft des heimischen Gemüses befassen. Nahrung ist Medizin und dies können Sie auch gleich erleben! Lassen Sie sich überraschen, wie die Natur-Kur auch Auswirkungen auf den Blutdruck haben kann: Entstressen Sie Ihren Körper mit Gemüse und Tee und tanken Sie gesteigerte Vitalität mit dieser Entgiftungseinheit. Übungen, die den ganzen Körper und das frisch entgiftete Gewebe vitalisieren und Ihre Spannkraft von Muskeln und Sehnen verbessern, runden den Nachmittag ab. Genießen Sie das neue Körpergefühl mit den Übungen der Natur-Kur und nehmen Sie den Schatz des neuen Körpergefühls mit nach Hause.

Zeit: 16:30 – 18:00 Uhr
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock
 Ort: wird bei der Anmeldung bekanntgegeben
 Gebühr: 22,- €
 Termin: 18.02.2020

50. Yi Jin Jing - eine Klassische Methode des Qi-Gong als ideale Bewegungskunst zur Stärkung der Abwehrkräfte

In diesem Kurs lernen Sie über Yi (Wandlung) drei der wichtigsten QiGong-Übungen kennen: Die genaue Ausführung im Wechsel von Anspannung und Entspannung (Jing-Methode) fördert die Durchblutung des gesamten Körpers und massiert auf sanfte Art das Gewebe und die inneren Organe.

Generationen von Shaolin-Mönchen nutzten die Wirkung dieser Übung des Yi Jin Jing zur Stärkung von Gesundheit, Wehrkraft und Stärke in ihrer Kampfkunst. Dadurch steigert sich die Abwehrkraft, es erhöht sich der Organstoffwechsel der inneren Organe. Die Muskeln werden durch gezielte Dehnung gefestigt und deshalb setzt der Körper große Energie frei und die Muskelkraft kann auf ideale Weise erhöht werden.

Zeit: 18:00 – 20:00 Uhr
 Leitung: Cornelia Dziedzina-Langrock
 Ort: Saal in der *Alten Schule*
 Gebühr: 18,- €, bei min. 6 Teilnehmern
 Termin: 08.02.2020

51. So besiegen Sie Gelenkschmerzen

Arthritis, Arthrose, Gicht und Fibromyalgie muss nicht sein – naturheilkliche Tipps.

Nach Angaben der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie leidet etwa ein Viertel der Deutschen unter rheumatischen Erkrankungen.

Da die konventionelle medikamentöse Therapie bei einer längerfristigen Einnahme mit vielen unerwünschten Arzneiwirkungen einhergehen kann, richtet sich das Interesse vieler Betroffener aus dem Bereich der Naturheilkunde.

In diesem Kurs erfahren Sie was Rheuma ist und die möglichen Ursachen von Arthritis, Arthrose und Gelenkschmerzen. Sie erhalten eine fundierte Aufklärung wie Sie sich davor schützen können bzw. signifikant Ihre Schmerzen lindern, wenn nicht gar davon befreien können. Wie man Infektionen natürlich abwehrt und was für ein Einfluss Ernährung, Bewegung und Entspannung auf unsere Gesundheit hat.

Zeit: 18:30 – 19:30 Uhr
 Leitung: Dr. Silke Wetzstein, Chemikerin und Heilpraktikerin
 Ort: Schulzentrum, Zi. 2305
 Anmeldungen und nähere Infos bitte direkt bei Frau Dr. Wetzstein, unter Tel. +49 176 / 20 30 51 71, oder www.mind-body-balance.de, wetzstein@mind-body-balance.de
 Termin: 03.03.2020

52. Keine Angst vor Krebs!

Biologische Krebsbehandlung – was ist das?

Die Krebserkrankungen in Deutschland sind mit ca. 226.000 Todesfällen pro Jahr eine der häufigsten Todesursachen in Deutschland.

Die Zahl der jährlich neu auftretenden Krebserkrankten ist mit etwa 480.000 Menschen weiter gestiegen – trotz des enormen Forschungsaufwandes der letzten Jahrzehnte und Einführung von Vorsorgen.

Diagnose Krebs - der Schock sitzt tief und man ist fassungslos. „Warum gerade ich?“ Aber Krebs ist auch „nur eine Krankheit“. Das Allerwichtigste ist, bei aller Angst und Not einen kühlen Kopf zu bewahren und sich mit Bedacht der neuen Situation und den bestehenden Möglichkeiten auseinanderzusetzen.

Es ist nicht nur ein Signal des Körpers sondern auch ein Krankheitszeichen unseres mentalen und seelischen Zustandes.

Dieser Kurs soll auch helfen, selbst die Verantwortung für seine Gesundheit zu übernehmen, sich sachkundig zu machen wie Krebs entsteht, und wie man sich davor schützen kann. Außerdem werden alternative und ergänzende Behandlungsmethoden zu Operation, Chemo- und Bestrahlungstherapie erläutert.

Im Fall einer Krebsdiagnose wird vermittelt, wie man sich selbst und den Ärzten die richtigen Fragen stellt, um für sich die richtige Behandlungsmethode zu wählen.

Zeit: 19:45 – 20:45 Uhr

Leitung: Dr. Silke Wetzenstein, Chemikerin und Heilpraktikerin

Ort: Schulzentrum, Zi. 2305

Anmeldungen und nähere Infos bitte direkt bei Frau Dr. Wetzenstein, unter Tel. +49 176 / 20 30 51 71, oder www.mind-body-balance.de, wetzenstein@mind-body-balance.de

Termin: 10.03.2020

Neu

53. Spaß am Nähen mit Susanne Walter – Nähkurs für Erwachsene ab 14 Jahren

Anfänger und Fortgeschrittene

Anfänger erhalten eine Basiseinführung an der Nähmaschine und nähen 3 Kissenbezüge mit Hotelverschluss, Reißverschluss und Knopflöchern, danach nähen wir einfache Kleidungsstücke nach Schnittmuster. Nähmaschine kann gegen eine Gebühr von 20,- Euro von Frau Walter geliehen werden.

Ort: Schulzentrum, Zi. 1104

Gebühr: 85,- €, zzgl. Materialkosten: ca. 8,- € (Schnittpapier, Reißverschluss und Stoff), max 6 Teilnehmer

bitte mitbringen:

Stecknadeln, Nähgarn, Stoff f. Kissenbezüge (vorgewaschen), Schnittmuster, Lineal, Schere, Maßband, Nähmaschine, falls vorh. Overlockmaschine

Termin I: jeweils dienstags vom 21.02.2020 bis zum 18.02.2020, von 18:00 bis 21:00 Uhr

Termin II: jeweils mittwochs vom 22.01.2020 bis zum 14.02.2020, von 17:30 bis 21:10 Uhr

Termin III: Wochenendkurs: samstags vom 25.01.2020 – 15.02.2020, 4 Termine 09:00 – 13:00 Uhr, am letzten Samstag von 09:00 – 12:00 Uhr

54. Overlock Grundkurs – Nähkurs für Erwachsene ab 14 Jahren mit Susanne Walter

Fortgeschrittene mit Nähgrundkenntnissen

Sie besitzen eine Overlockmaschine und wissen nicht wie man sie einfädelt, einstellt und für welche Nähte sie eingesetzt wird. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen und erarbeiten sich Werkstücke für die verschiedenen Anwendungen, wie 3-Faden- und 4-Faden Naht, Rollsaum, Bündchen annähen u.s.w. Danach sind Sie bereit Ihre Overlockmaschine professionell einzusetzen. Wir arbeiten mit der Overlockmaschine.

Ort: Schulzentrum, Zi. 1104

Gebühr: 40,- €, zzgl. Materialkosten: ca. 10,- € (für Stoff Werkstücke), max 6 Teilnehmer

Neu

bitte mitbringen:

Stecknadeln, Nähgarn, Lineal, Schere, Maßband, Overlockmaschine

Termin: Samstag, 09.05.2020 von 09:00 – 16:00 Uhr

55. Spaß am Nähen mit Susanne Walter – Nähkurs für Kinder (Anfänger und Fortgeschrittene) von 10 - 14 Jahren

Wir lernen wie man die Nähmaschine (eine Unterfadenspule macht, die Fadenspannung und verschiedene Stiche einstellt. Wir nähen kleine Projekte, beispielsweise ein Kissenbezug mit Hotelverschluss, eifreches Monster, ein Turnbeutel oder ein einfaches Kleidungsstück.

Zeit: donnerstags, 17:00 – 20:00 Uhr

Ort: Schulzentrum, Zi. 1104

Gebühr: 70,- €, zzgl. Materialkosten: ca. 8,- € (Material für freches Monster etc.)

bitte mitbringen: Stecknadeln, Nähgarn, Stoff (Webware) für 40x40 Kissenbezug, Lineal, Schere, Maßband, Nähmaschine

Beginn: 05.03.2020 bis 02.04.2020

Neu

56. Nähkurs mit Susanne Walter für Kinder von 10 – 14 Jahren, Ich nähe mir ein Sommerkleid – Sommeroutfit!

Anfänger mit Nähgrundkenntnissen

Ob du ein Kleid, einen Rock, ein Shirt oder alle drei Modelle nähen möchtest, entscheidest du ganz alleine. Auf jeden Fall soll es ein luftiges Sommeroutfit sein – schnell genäht und angenehm zu tragen.

Zeit: donnerstags, 17:00 – 20:00 Uhr

Ort: Schulzentrum, Zi. 1104

Gebühr: 70,- €, zzgl. Materialkosten: ca. 2,- € (Schnittmuster)

bitte mitbringen: Stecknadeln, Nähgarn, Stoff, Lineal, Schere, Maßband, Nähmaschine, eine Nähmaschine kann gegen eine Gebühr von 20,-€ von Frau Walter geliehen werden

Beginn: 23.04.2020 bis 28.05.2020

Neu

57. Pflanzenzubereitungen für Sport und Sportverletzungen

Bei akuten, kleinen Verletzungen, Prellungen und Verletzungen können Pflanzenzubereitungen schnelle Hilfe sein. Während des Sports als erfrischendes Körperspray, Body Splash in Fitnessräumen und als entspannende Körperanwendung nach Sport oder besonderer Anstrengung (Gartenarbeit,...) sind sie willkommene Retter!

Lernen Sie die Wirksamkeit der Inhaltsstoffe von Pflanzen kennen, die der Fitness Ihres Körpers dienlich sind: Hierzu bereiten Sie am Abend jeweils passend zum Thema eine spezielle Pflanzenmischung, die Sie mit nach Hause nehmen können.

Zeit: 20:30 – 21:30 Uhr

Leitung: Frau Cornelia Dziedzina-Langrock, CCD-Gesundheitsbildung Coach und Councelling, Fachfrau für Phytotherapie nach Ursel Bühring

Ort: Schulzentrum, Lernwerkstatt

Gebühr: Kostengünstig: einen Dreierblock zu 22,- € für drei Kurstermine nach Ihrer Wahl, 24,- € für 3 Abende
Einzelne Buchung: die Kursgebühr beträgt 9,50,- € pro Abend. Die Materialkosten sind in diesen Beträgen enthalten.

Neu

Termine: 29.01.2020 Immortelle**- Gesundheit einfach auflegen**

Besonders in der kalten Jahreszeit sind Auflagen nach dem Sport wohltuend. Die Anwendungspraxis für eine entspannende, lymphflussanregende Kräuterauflage erleben Sie an diesem Abend: Schnell und effektiv „belegt“ sorgt dieser Kräuterabend für gesundes Durchatmen und erholsamen Schlaf, denn nur in der Immortelle wurden bislang Diketone (best. Inhaltsstoffe) gefunden, die regenerationsfördernd und schmerzlindernd sind.

05.02.2020 Gesundheit aus Pfefferminze**- praktisch und effektiv**

Besonders in der kalten Jahreszeit ist Pfefferminze nach dem Sport wohltuend. Die Anwendungspraxis für eine entspannende, durchblutungs-fördernd entkrampfende Kräuterauflage verwenden Sie an diesem Abend: Praktisch in der Anwendung sorgt dieser Kräuterabend für gesundes Durchatmen - auch im Schlaf. Pfefferminze vermittelt Klarheit, neutralisiert „abgestandene“ Stimmung im Raum und entspannt.

19.02.2020 Gegen Schmerzen**bei Verletzungen und Überanstrengung**

Wenn Sie sich in der Sportstunde oder am Wochenende beim Sport ein wenig übernommen haben oder Sie sich gar eine Zerrung zugezogen haben, werden Sie die wohltuende Wirkung der heutigen Heilpflanze schätzen lernen. Die Anwendung des Abends ist entspannend, heilend für das Knochengewebe und schmerzlindernd und entzündungshemmend (Zerrung, Muskelkater, Prellungen, ... sind Micro-Verletzungen, die mit einer Entzündung einhergehen).

11.03.2020 Wärme**- Gesundheit einfach und nebenbei auflegen**

Wärmebehandlungen - Auflagen nach dem Sport sind wohltuend. Die Anwendungspraxis für eine entspannende, besonders tief wirkende warme Auflage erleben Sie an diesem Abend: Schnell und langanhaltend ist diese Wärme, die durch ihr „Pflanzenwasser“ auch gestresste Gelenke wieder heilen lässt. Probieren Sie es aus!

25.03.2020 Senfölglykoside**bieten hochwirksame Muskelentspannung**

Die Anwendungspraxis für eine umfassend, tief entspannende Kräuterauflage erleben Sie an diesem

Abend: Rasch geraspelt - sorgt auch dieser Kräuterauflage für gesundes Durchatmen: Die Wirkebene ist diesmal jedoch speziell und es muss genau nach Anweisung gehandelt werden, denn sonst kann es höchst unangenehme Nebenwirkungen geben: Was wirkt, hat auch Nebenwirkungen! Erleben Sie die außerordentlich gute Wirkung auf Muskelverspannungen - Sie werden erleichtert aufatmen.

01.04.2020 Beinwell**- Gesundheit einfach entfachen**

Gerade im Sportbereich sind Auflagen mit Beinwell nicht wegzudenken. Die Anwendungspraxis für ein abschwellendes Kräuterpflaster erlernen Sie heute und stellen sich eine Tinktur her, die Ihnen in den sportlichen Osterferien gute Dienste leisten wird! Das heilungsfördernde Allantoin ist in dieser Pflanze neben anderen Substanzen für rasche Kallusbildung verantwortlich. Verstehen Sie diese Pflanze umfassend!

29.04.2020 Brennnessel**- Prickelnde Gesundheit auflegen**

Brennnessel- Auflagen vollbringen nach dem Sport außerordentlich wohltuende Wirkungen: . Die Anwendungspraxis der Kräuter erlernen Sie an diesem Abend: Schnell ist eine gelenkstärkende, muskelentspannende Auflage auch ohne „verbrannte“ Finger hergestellt. Gelenkschmerzen lindern im Nu - erleben Sie die phantastische Wirkung - ohne Nebenwirkung.

13.05.2020 Spitzwegerich-**Gesundheit durch lanzenförmige Blätter**

Ein Kraut vom Wegesrand, auf jeder Wiese zu Hause - erleben Sie die phantastische Wirkung des Spitzwegerich bei allen geschwellenen, angestrengt schmerzenden Körperstrukturen - er ist lokal schmerzlindernd ohne Nebenwirkung !

27.05.2020 Adaptogene**- Gesundheit aus Pflanzen**

Energie aus der Pflanzenwelt geschenkt bekommen - leicht, wenn Sie die richtigen Pflanzen kennen! Entdecken Sie ein Rosengewächs aus höchsten Höhen, das Ihnen für Sport und Urlaub den nötigen Schwung verleihen kann.

An die Leiterin des
Volksbildungswerkes
Efringen-Kirchen, Rathaus

Hauptstraße 26
79588 Efringen-Kirchen

VERBINDLICHE ANMELDUNG ZU

Veranstaltung Nr. _____ Thema _____

Veranstaltung Nr. _____ Thema _____

Veranstaltung Nr. _____ Thema _____

Name, Vorname _____

Straße, Ort _____

Telefon _____

Datum _____

E-Mail _____

Die fälligen Kursgebühren werde ich spätestens zur zweiten Kursstunde auf das Konto
IBAN: DE42 6835 1865 0007 3665 86, BIC: SOLADES1MGL überweisen.

**Mit den neuen Datenschutzbestimmungen bin ich einverstanden.
Über Telefon und E-Mail dürfen das Volksbildungswerk und die Kursleiter mit mir Kon-
takt aufnehmen.**

Unterschrift _____



79588 Efringen-Kirchen

Hauptstraße 26

Telefon 0 76 28 / 806-333

mediathek@efringen-kirchen.de

Web-OPAC: www.efringen-kirchen.de/buch

Onleihe: www.onleihe.de/dreilaendereck

Öffnungszeiten

Montag geschlossen

Dienstag 14 – 18 Uhr

Mittwoch 9 – 13 Uhr

Donnerstag 14 – 19 Uhr

Freitag 9 – 13 Uhr

14 – 18 Uhr

Samstag 10 – 13 Uhr

VERANSTALTUNGEN DER MEDIATHEK IM FRÜHJAHR 2020

Mittwoch, 22. Januar 2020 15 Uhr	Kindertheater Artisjok Theater Es klopft bei Wanja in der Nacht (ab 3 Jahren)
Donnerstag, 23. Januar 2020 17:30 Uhr	Spieletreff für Kinder (für Kinder der 2. -4. Klasse)
Donnerstag, 30. Januar 2020 16 Uhr	Bilderbuchkino Dornröschen (ab 4 Jahren)
Donnerstag, 27. Februar 2020 16 Uhr	Bilderbuchkino Abgeschlossen (ab 4 Jahren)
Dienstag, 03. März 2020 19 Uhr	Vortrag Dr. Silke Reitzenstein So schützen Sie sich vor Gelenkschmerzen (in Zusammenarbeit mit dem Volksbildungswerk)
Dienstag, 10. März 2020 19 Uhr	Vortrag Dr. Silke Reitzenstein Keine Angst vor Krebs (in Zusammenarbeit mit dem Volksbildungswerk)
Mittwoch, 18. März 2020 15 Uhr	Kindertheater faro theater Ich glaub, mich küsst ein Schwein (für Kinder ab 4 Jahren)
Mittwoch, 25. März 2020 19.30 Uhr	Musikalische Lesung Cordula Sauter Astor Piazzolla – Mehr Tango geht nicht
Donnerstag, 26. März 2020 16 Uhr	Bilderbuchkino Lorenz ganz allein (ab 4 Jahren)
Samstag, 28. März 2020 9 - 13 Uhr	Kinderflohmarkt auf dem Rathausplatz
Samstag, 04. April 2020 9 - 13 Uhr	Kinderflohmarkt auf dem Rathausplatz (Ersatztermin)
Donnerstag, 23. April 2020 16 Uhr	Bilderbuchkino Der wunderbarste Platz auf der Welt (ab 4 Jahren)
Mittwoch, 13. Mai 2020 15 Uhr	Kindertheater theater en miniature Wie Findus zu Pettersson kam (für Kinder ab 4 Jahren)
Donnerstag, 28. Mai 2020 16 Uhr	Bilderbuchkino Kein Tag für Juli (ab 4 Jahren)
Donnerstag, 25. Juni 2020 16 Uhr	Bilderbuchkino Der kultivierte Wolf (ab 4 Jahren)
Donnerstag, 16. Juli 2020 16 Uhr	Bilderbuchkino Lotties neues Badetuch (ab 4 Jahren)
Samstag, 18. Juli 2020 9 - 13 Uhr	Kinderflohmarkt auf dem Rathausplatz
Samstag, 25. Juli 2020 9 - 13 Uhr	Kinderflohmarkt auf dem Rathausplatz (Ersatztermin)



Museum in der 'Alten Schule'

Nikolaus-Däublin-Weg 2
79588 Efringen-Kirchen
Tel. 07628/8205

Öffnungszeiten:
Mi. und So. 14.00 - 17.00 Uhr



» **VERANSTALTUNGEN + PROGRAMM:** Bitte die Tagespresse beachten.

Kammerkonzerte

Sonntag, 02. Februar 2020, 17:00 Uhr

Saal in der 'Alten Schule'

Podium junger Künstler

Alcina - Quartett

Werke von L.v. Beethoven und M. Ravel

Frühjahr 2020

Sonntag, 26. April 2020, 17:00 Uhr

Saal in der 'Alten Schule'

Klavierrezital

Matthis Bereuter

Werke von L.v. Beethoven, F. Chopin und S. Prokofiev

Sonntag, 21. Juni 2020, 17:00 Uhr

Saal in der 'Alten Schule'

Eine Spanierin in Deutschland

Mari Ángeles del Valle - Saxophon

Werke von M. De Falla, P. Hindemith, R. Schumann u.a.

Änderungen vorbehalten!

Konzertkarten

Es gibt generell keine Reservierungsmöglichkeit und keinen Vorverkauf für die Konzertkarten.

Eintrittspreise:

Einzeleintritt	15,- €
Jugendliche/Studenten	12,- €
Kinder bis 16 Jahre	Eintritt frei

Abonnement voll	45,- €
Abonnement ermäßigt	35,- €
Familienabonnement	95,- €

Organisation

Walter Kösters, Tel. 076 28 / 94 05 12

Eckhard Lenzing, Tel. 076 28 / 94 07 82

E-Mail: kammerkonzerte-efr.k@web.de