

## Die Lücken auffüllen

Chance zur Nachverdichtung soll genutzt werden

**Randegg (md).** Im Zuge des Glasfaserausbaus in Randegg soll die Chance genutzt werden, das bestehende Nahwärmenetz in Randegg weiter auszubauen und die letzten Lücken zu schließen, so die Hoffnung von Bene Müller von »solarcomplex«, die das Nahwärmenetz in Randegg betreibt. Dabei ist das Netz in Randegg bereits gut ausgerüstet, seit es 2009 in Betrieb genommen wurde. 2018 wurde sogar nachgerüstet und um ein Solarthermiefeld von 2.400 Quadratmetern und drei Mal 100 Kubikmetern Pufferspeicher erweitert. Der solare Anteil deckt den Wärmebedarf im Sommer zu 100 Prozent, über das Jahr gesehen zu 20 Prozent. Mit Hilfe der Solarthermie kann Holz für die Hackschnitzelheizung eingespart werden. »Holz ist grundsätzlich ein knappes und kostbares Gut, auch wenn in den letzten Jahren Käferholz den Markt überschwemmte«, so Müller und zeigte auf, dass aus dem Wald ja nur der Zuwachs geerntet werden kann. Je Hektar Wald können daher im Jahr nur circa 20.000 Kilowattstunden (kWh) geerntet werden, mit Solarkollektoren auf derselben Fläche mindestens zwei Millionen Kilowattstunden pro Jahr.

»Das gute ist, dass in fast jeder Straße bereits Leitungen für das Nahwärmenetz liegen«, erklärte Müller den anwesenden Randeggerinnen und Randeggern in der Grenzlandhalle. Das teile die potenziellen Neukunden in zwei Gruppen ein. Zum einen können entlang der bestehenden Trasse alle Gebäude an das vorhandene Wärmenetz nachträglich angeschlossen werden. Zum anderen können alle außerhalb der bestehenden Trasse zumindest theoretisch an ein neu zu bau-



Bene Müller zeigte die Vorteile des Nahwärmenetzes auf, rechts ist eine Übergabestation zu sehen. Foto: Durlacher

endes Netz angeschlossen werden. Dies hängt laut Müller aber davon ab, wie viele Randeggerinnen und Randegger dort mitmachen wollen. »Anders als beim Vortrag von Frau Aue endet das Nahwärmenetz aber definitiv an der Biber«, scherzte er und nahm damit Bezug auf den Vortrag von Theresa Aue von »NetCom BW«, die über den Glasfaserausbau in Randegg, Murbach und Petersburg informierte. Wichtig war Müller auch zu betonen, dass alle Kunden dieselben Konditionen haben und stellte den Standard-Vertrag vor, der eine Mindestabnahme von 15.000 kWh vorsieht. Das entspricht einem Heizölbedarf von circa 2.000 Litern. Bei gleichem Grund- und Arbeitspreis sieht der Mini-Vertrag keine Mindestabnahme vor, allerdings ist der einmalige Baukostenzuschuss beim Mini-Vertrag höher, 10.900 Euro im Vergleich zum Standard-Vertrag, wo er bei 8.900 Euro einmalig liegt. Bei zehn Jahren Vertragslaufzeit hängt die Preisanpassung jährlich nachträglich beim Grundpreis am Inflationsausgleich und beim Arbeitspreis zu 50 Prozent am Hackschnitzel-Index und zu 50

Prozent an der Inflation. Zusätzlich gibt es noch eine Option für die »Unentschlossenen«. Hier kann ein Hausanschluss vorverlegt werden, wodurch noch kein Wärmebezug möglich ist, aber ein späterer Anschluss ohne Öffnen der Straße durchaus. Durch die Vorverlegung ergeben sich keine weiteren Verpflichtungen und keine laufenden Kosten. »Gerade bei älteren oder alleinstehenden Menschen haben wir festgestellt, dass dies eine gute Option ist«, so Müller.

Während der finanzielle Aspekt für das Nahwärmenetz ein großes Ausmaß hat, Müller rechnete hier die Vollkosten im Vergleich zu Heizöl und Gas vor, ist die Versorgungssicherheit nicht außer Acht zu lassen. Denn in Randegg sind immer mehrere technisch unabhängige Systeme zugange: Das Kollektorfeld für die Grundlast im Sommer, der Hackschnitzelkessel für die Grundlast im Winter, der Pelletskessel für die Mittellast und ein Ölkessel als Reserve. Hinzu kommt ein großer Pufferspeicher, Fernüberwachung mit 24-Stunden-Störmeldung und eine mobile Heizzentrale ist ebenfalls anschließbar. Kunden,

die sich für einen Anschluss an das Nahwärmenetz entscheiden, müssen sich auch keine Sorgen mehr bezüglich des »Erneuerbare-Wärme-Gesetz« machen, das momentan 15 Prozent regenerative Energie bei der Wärmeversorgung fordert, wenn man Heizungsanlage austauscht. »Denn 100 Prozent werden wohl eine Weile reichen«, erklärte Müller mit einem Augenzwinkern. Hinzu kommt noch die Fördermöglichkeit durch die BAFA, die sich auf bis zu 40 Prozent belaufen kann. Und das Klima schützt man ebenfalls, rund 3.000 Tonnen CO<sub>2</sub> können jedes Jahr eingespart werden, wenn eine Million Liter Heizöl durch Wärme aus regenerativen Energien ersetzt wird. Die zeitliche Schiene ist, anders als beim Glasfaserausbau, etwas enger gestrickt, bereits Ende April diesen Jahres sieht Müller die Frist zum Abschluss von Wärmelieferungsverträgen, bis dahin sind die Interessenbekundungen und Ortstermine für konkrete Planungen vorgesehen. Danach kann man in die Detailplanung einsteigen und 2024 koordiniert mit dem Glasfaserausbau den Wärmenetzbau angehen.

## Terminplaner

vom 9. bis 16. März

### Donnerstag, 9. März

**14:45 Uhr** Energieberatung, Rathaus Gottmadingen, Johann-Georg-Fahr-Str. 10

### Freitag, 10. März

**20 Uhr** Mitgliederversammlung Naturfreunde Gottmadingen, AWO Gottmadingen

### Dienstag, 14. März

**18 Uhr** Öffentliche Sitzung des Gemeinderates, Sitzungssaal des Rathauses, Johann-Georg-Fahr-Str. 10

## Abfuhrtermine



### Gelber Sack

Do. 09.03.2023 Gottmadingen  
Bitte stellen Sie den gelben Sack erst am Abfuhrtag vor die Tür

### Biomüll

Fr. 10.03.2023 Gottmadingen und Ortsteile

### Restmüll

Mi. 15.03.2023 Gottmadingen und Ortsteile

### Grünschnittannahme

Sa. 18.03.2023 (s. S. 13 der Abfallfibel)

### Blaue Tonne

Mo. 20.03.2023 Gottmadingen und Ortsteile

### Grünschnitt

Di. 21.03.2023 Gottmadingen und Ortsteile

### Elektronikschrott-Kleingeräte-Anlieferung: Radio, Küchengeräte und Ähnliches

Sa. 22.04.2023 8 bis 12 Uhr, Bauhof, Im Tal 28

### Problemstoff-Sammlung

Do. 27.04.2023 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr, Bauhof, Im Tal 28

### Sammlungen von örtlichen Vereinen und Organisationen

Derzeit finden keine Sammlungen statt.

### Anmeldung E-Schrott-Großgeräte, Bildschirme, Kühlgeräte u. Ä.

Die Anmeldekarten befinden sich im Abfallkalender. Zusendung direkt an den Müllabfuhr-Zweckverband. Die Entsorgungsmöglichkeit besteht zweimal im Jahr.

### Anmeldung Sperrmüllabfuhr

Die Anmeldekarten befinden sich im Abfallkalender. Zusendung direkt an den Müllabfuhr-Zweckverband. Die Anmeldung ist auch über das Internet möglich unter ([www.mzv-hegau.de](http://www.mzv-hegau.de)). Die Abfuhrmöglichkeit besteht zweimal im Jahr.

### Schrottcontainer im Bauhof

Fr. 10.03.2023 16 bis 18 Uhr im Bauhof

# Teichkläranlage Ebringen

## Wasserrechtliche Genehmigung läuft Ende 2024 aus

**Gottmadingen** (md). Zum ersten mal seit Corona fand wieder ein Jahresgespräch mit dem Landratsamt statt und die Teichkläranlage in Ebringen wurde besprochen. Deren wasserrechtliche Genehmigung läuft zum 31. Dezember 2024 aus. »Bei einer Verlängerung ist mit verschärften Parametern zu rechnen«, so Heinz-Dieter Restle vom Tiefbauamt während der letzten Sitzung des Ausschusses für Technik und Umwelt in der vergangenen Woche. Gerade was die Werte des chemischen Sauerstoffbedarfs, Phosphor und Ammonium-Stickstoff. Ein gewässerökologisches Gutachten soll vorab die Anforderungen an das Teichklärwerk definieren. Dieses würde nach Restles Schätzung zwischen 5.000 und 10.000 Euro kosten, wofür allerdings keine Mittel im Haushalt veranschlagt sind. Die Situation brachte die Möglichkeit auf den Tisch, über einen direkten Anschluss an die Kläranlage in Ramsen nachzudenken. Restle zeigte in einer Gegenüberstellung verschiedene Kostenpunkte für die beiden Optionen

auf. Während für Ebringen geringe Investitionskosten aber höhere Betriebskosten bei einer überwiegend guten Reinigungsleistung sprechen, ist die Schlammverwertung ein Unsicherheitsfaktor. Für Ramsen sprächen geringere Betriebskosten aber hohe Investitionskosten. Auch müssten in Ebringen Pumpen betrieben werden. Restle stellte eine Amortisationszeit von 20 bis 25 Jahren in Aussicht. Nach wie vor sei laut Restle die Situation mit dem Biber im Teich 4 der Teichkläranlage ungeklärt. Weitere Schutzmaßnahmen seien notwendig, zum Beispiel eine Zaunverlängerung ins Erdreich, sodass der Biber dort vergrämt wird. Bürgermeister Dr. Michael Klinger erklärte, dass zu den Investitionskosten für einen Anschluss nach Ramsen noch weitere, auch laufende Kosten hinzukommen werden und dies einer Amortisationszeit nicht zuträglich sei. Aber wenn man sich für einen Weiterbetrieb der Teichkläranlage entscheide, hätte man sich ein großes Projekt aufgehalst, das so nicht überschaubar sei.

## Herzlichen Glückwunsch

### Herr Alfred Auer

Gottmadingen, zum 80. Geburtstag am 10. März

### Herr Volker Endres

Gottmadingen, zum 70. Geburtstag am 11. März

### Herr Klaus Keller

Bietingen, zum 80. Geburtstag am 12. März

### Frau Monika Müller

Gottmadingen, zum 70. Geburtstag am 12. März

### Herr Hans-Jörg Maier

Gottmadingen, zum 70. Geburtstag am 14. März

LANDRATSAMT KONSTANZ, Landwirtschaftsamt, Winterspürer Straße 25, 78333 Stockach

## AUSSCHREIBUNG

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

**Gemarkung: Gottmadingen, Gewinn: In der Breite  
Flst. Nr.: 2462, Fläche: 2219 m<sup>2</sup>, Nutzung: Dauergrünland**

Aufstockungsbedürftige Landwirte können ihr Interesse unter Angabe der Kaufpreisvorstellung dem Landratsamt Konstanz, Winterspürer Straße 25, 78333 Stockach bis zum 16.03.2023 schriftlich mitteilen.

Bitte folgendes Aktenzeichen angeben: 3151 GV-2023-0137

## Eine tolle Zeit

### Heilsberghexen packen zufrieden ihr Häs in die Kiste

**Gottmadingen.** Die Fasnachts-saison 2023 ist nun für die Heilsberghexen Gottmadingen schon wieder vorbei. Die Hexen waren im Vorfeld der Fasnet an den Umzügen in Spaichingen und in Feldkirch (Vorarlberg) dabei, bevor dann in der eigentlichen Fasnachtszeit die Umzüge am Fasnachts-Samstag in Singen und dann anschließend noch in Maulburg (Südschwarzwald) auf dem Programm standen. Am Fasnachts-Sonntag ging es nach Konstanz und am Fasnet-Mäntig nahmen die Heilsberghexen am großen Umzug in Gottmadingen teil. Den Abschluss der Umzüge bildete noch die Teilnahme an der Thaynger Fastnacht. Auch in diesem Jahr beteiligten sich die Heilsberghexen wieder mit einem Hexentanz am neuen »Bunten Abend« der Narrenzunft Gerstensack. Am Schmutzigen Dunschtig bereicherten die Heilsberghexen die Dorffasnet in Gottmadingen die Dorffasnet in Gottmadingen mit dem traditionellen Wecken und mit ihrem Ausschankwagen beim Narrenbaumstellen am Nachmittag. Am Abend stieg dann die traditionelle Hexenglonkernacht, wo die Hexen vor einer ausverkauften Fahr-Kantine mit toller Stimmung die Gottmadingen Narren bewirten durften. Am Fasnet-Mäntig hatten die Hexen wieder ihren Ausschankwagen am Hebelschulplatz und zudem beteiligten sie sich in Kooperation mit der Narrenzunft Gerstensack am neuen Konzept des Narrenests rund um die Fahrkantine, welches gleich zum ersten Mal bei bestem Wetter zu einem vollen Erfolg wurde.

Nun packen die Hexen, etwas müde von den vielen Aktivitäten aber sehr zufrieden mit dem Verlauf der Fasnet, ihr Häs wieder ein

und freuen sich bereits jetzt schon auf die Fasnet im nächsten Jahr. Die Hexen bedankten sich bei all den zahlreichen Besuchern ihrer Veranstaltungen und sie bedankten sich auch für die Unterstützung bei den Gönnern und Sponsoren der Heilsberghexen, die es mit ihrem Beitrag ermöglichen haben, dass die geplanten Veranstaltungen überhaupt finanziell tragbar bewältigt werden können. Aber vor allem bedankten sich die Heilsberghexen bei ihren Mitgliedern. Ohne den unermüdlichen und zuverlässigen Einsatz der Mitglieder bei all den Arbeitseinsätzen vor und während der Fasnetzeit wären all die Aktivitäten nicht machbar und hierbei hat eine große Vielzahl der Mitglieder dazu beigetragen, indem sie ein gemeinsames Ziel konsequent verfolgt haben, dass die Heilsberghexen einen Beitrag zur Fasnachtsgestaltung leisteten, aber dabei auch den eigenen Spaß nicht außer Acht lassen brauchten. Aber nach dem Event ist vor dem Event. So steht bereits am 30. April wieder die Maiparty der Heilsberghexen vor der Tür und dafür starten nun schon die Vorbereitungsarbeiten. Bei der diesjährigen Maiparty wird erstmals die junge Partybrassband »Blaska« aus dem Hegau die Fahr-Kantine zum Kochen bringen. Es ist »Blaskalation« angesagt durch die 14 Musiker, die Besucher erwartet eine Party mit sehr viel Power und der neuen Generation der Blasmusik, Bläsersound mit fettem Bass und dabei im Programm alte Gassenhauer, Rockklassiker, Schlagerhymnen, aktuelle Charts bis hin zu den Clubkrachern. Die Heilsberghexen freuen sich schon auf dieses einzigartige Event.



Die Heilsberghexen auf der Fahrt zum Umzug nach Feldkirch in Vorarlberg.  
Foto: Heilsberghexen

## Mit »Licht im Rücken«

### Schnelles Internet für Randegg



Theresa Aue von »NetCom BW« stand Rede und Antwort zu allen Fragen der RandeggerInnen, was den Glasfaserausbau im Ort angeht. Foto: Durlacher

**Randegg (md).** Pünktlich um 19 Uhr stellte sich in der Grenzlandhalle in Randegg erwartungsvolle Stille ein, Bürgermeister Dr. Michael Klinger begrüßte die Randegger Bürgerinnen und Bürger zum Bürgergespräch bezüglich schnellen Internets und Nahwärmenetz im Ort. Hierzu stellte er Theresa Aue von »NetCom BW« und Bene Müller von »solarcomplex« vor und dankte im selben Atemzug der Tanzgruppe des VfB Randegg, die für die Veranstaltung die Halle geräumt hat. Aue stellte zunächst die Firma vor und erklärte, dass es um Glasfaserinternet für Randegg und die Weiler Murbach und Petersburg gehe. Durch das Förderprogramm von Bund und Land »graue Flecken« und »weiße Flecken«, dessen Ausschreibung NetCom BW für Gottmadingen gewonnen hat, wird auch in Randegg und den Weilern das Internet ausgebaut. Das Förderprogramm fördert Bereiche, die mit Internet unterversorgt sind, also nominell unter 30 Mbit pro Sekunde (Mbit/s) im Download aufweisen. Förderfähig sind momentan 171 Adressen in Randegg, Petersburg und Murbach. Damit wäre aber nicht der gesamte Ort abgedeckt. Daher will die NetCom BW im eigenwirtschaftlichen Ausbau den gesamten Ort versorgen. Bisher wurde vor allem die FTTC-Technologie genutzt, bei der Glasfaserkabel nur bis zu einem Verteiler verlegt ist, von dort aus geht es mit alten Kupfer-Coaxialkabeln bis ins Gebäude. Damit waren Bandbreiten von maximal 50Mbit/s möglich, was sich besonders in der Pandemiezeit mit Homeoffice bemerkbar gemacht hat. Mit der FTTB-Technologie wird Glasfaser direkt bis ins Gebäude verlegt, wodurch bedeutend höhere

Bandbreiten möglich sind.

Im geförderten Bereich erhalten die Haushalte den Anschluss kostenlos und sind auch nicht verpflichtet, ein Produkt der NetCom BW zu buchen. Bis zu einer Länge von 15 Metern Leitung auf dem Grundstück kostet die Verlegung den Haushalt nichts. Geplant ist, wenn möglich, die Verlegung mittels einer Erdrakete, sodass bis auf ein kleines Kopfloch an der Hauswand, wo das Loch in den Kellerraum gebohrt wird, der Garten nicht »umgegraben« werden muss, eine der Sorgen und Befürchtungen der Randegger Bürgerinnen und Bürger. Im eigenwirtschaftlichen Bereich wird mit der gleichen Methode verlegt. Hier müssen die Kunden allerdings ein Produkt, mindestens das 300Mbit-Paket, von NetCom BW buchen, damit der Anschluss auch für sie kostenlos ist. Das Paket hat eine Mindestlaufzeit von zwei Jahren, danach kann ohne Probleme auf einen anderen Anbieter gewechselt werden. Möchte man im eigenwirtschaftlichen Bereich kein Produkt von NetCom BW buchen, würde der Anschluss 2.000 Euro kosten und damit deutlich teurer sein als das Produkt über zwei Jahre.

Zum zeitlichen Ablauf erklärte Aue, dass im Sommer 2023 mit der Vermarktung begonnen wird und nach der Planungsphase bereits 2024 mit dem Bau begonnen werden kann. Dabei gehen sie »mit Licht im Rücken« Straße für Straße vor, wie Aue es erklärte. So können Teilstrecken bereits ans Netz, bevor der Ausbau komplett abgeschlossen wurde. »Sonst müsste der Erste warten, bis beim Letzten der Anschluss verlegt wurde, bevor er die Vorteile des schnelleren Netzes nutzen kann«, so Aue.

## BUND-Jugendgruppe Lebensmittel

**Gottmadingen.** Die BUND-Jugendgruppe aus Gottmadingen beschäftigt sich in den nächsten Wochen mit der Herkunft von Lebensmitteln. Sie will gemeinsam verschiedene Bio-Label untersuchen und die Auswirkungen der Lebensmittelindustrie auf das Klima genauer anschauen. Mitmachen können Mädchen und Jungs im Alter von zehn bis 15 Jahren. Treffpunkt ist am Freitag, 17. März, um 16 Uhr am BUND-Naturschutzzentrum, Erwin-Dietrich-Straße 3. Die Veranstaltung endet um 18 Uhr. Anmeldung und Fragen gehen per E-Mail an [freiwillige.nsz.hegau@bund.net](mailto:freiwillige.nsz.hegau@bund.net) oder telefonisch an 07731 977103.

## Vokalensemble Klangfarben Musikalische Matinee

**Gottmadingen.** Zu einer musikalischen Matinee im »Brigg« lädt das Vokalensemble Klangfarben herzlich ein. Am 26. März um 11 Uhr gibt es eine freudvolle Stunde lang Musik – mal a capella, mal begleitet, mal ruhig und mal fetzig. Neben Pop-Songs, Balladen und Filmmusik gibt es auch eigene Arrangements des Dirigenten Joachim Brenn.

Anschließend laden die Klangfarben zu einem kleinen Umtrunk ein. Der Eintritt ist frei, der Chor freut sich über Spenden.

### Redaktions- und Anzeigenschluss

Montag, 12 Uhr

## Richtiges Verhalten in Notsituationen

### Gefahrenstoffe

Durch die moderne Technik kommen Gefahrenstoffe heutzutage immer öfter zum Einsatz. Wenn die Stoffe jedoch ungewollt freigesetzt werden, dann können große Gefahren für Mensch, Tier und Umwelt entstehen. Zum Beispiel bei einem Unfall eines Gefahrguttransporters, einem Brand in einer Fabrik oder einem Lager mit chemischen Produkten. Auch der Umgang mit Haushaltsreinigern zuhause ist nicht immer risikolos. Daher werden im Folgenden die richtigen Verhaltensweisen im Ernstfall erläutert.

Gefahrenstoffe können chemisch, biologisch, radiologisch oder nuklear sein und in verschiedenen Erscheinungsformen wie flüssig, gasförmig oder fest auftreten. Bei einem ungewollten Austritt einer dieser Stoffe ist umgehend die Rettungsleitstelle unter der Notrufnummer 112 oder gegebenenfalls die Giftnotrufzentrale zu alarmieren. Dadurch können andere Menschen, soweit erforderlich, umgehend über das Radio und Internet über das Vorkommnis informiert werden.

Wer sich während des Ausbruchs außerhalb eines Gebäudes aufhält, sollte zügig einen geschlossenen Zufluchtsort aufsuchen. Bei einem Aufenthalt in einem Gebäude oder Auto sind Fenster, Türen und Lüftungsschlitze zu schließen und Klimaanlage und Ventilatoren auszuschalten. Sofern Gefahrenstoffe dennoch in einen Innenraum eindringen, ist das Tragen eines Mundschutzes sehr ratsam. Bei einem Austritt von radioaktiven Stoffen ist der Aufenthalt in Kellerräumen empfohlen.

Bei einem Aufenthalt im Freien sollte man sich möglichst quer zur Windrichtung fortbewegen und sofern möglich durch einen Atemschutz, wie beispielsweise einem Taschentuch atmen.

Sofern ein Kontakt mit Gefahrstoffen bereits erfolgt ist, sind Kleidung und Schuhe bei Betreten eines Gebäudes zu wechseln. Verschmutzte Bekleidung und Schuhe sind in Plastikbeutel zu packen und außerhalb des Wohnbereichs zu lagern. Im Anschluss ist eine gründliche Körperreinigung mit Wasser und Seife wichtig.

## Gemeindebücherei

Hauptstraße, 22, Telefon 0 77 31 / 97 88-80  
E-Mail: [gemeindebuecherei@gottmadingen.de](mailto:gemeindebuecherei@gottmadingen.de)



### Öffnungszeiten:

Montag		14 bis 17 Uhr
Dienstag		15 bis 18 Uhr
Donnerstag	9 bis 10:30 Uhr	und 15 bis 18 Uhr
Freitag		15 bis 18 Uhr

### Neues in der Gemeindebücherei

#### Tonies:

**Ab drei Jahren:** Paw Patrol - Schneller als die Feuerwehr/Der Delfin-Freund; Thomas und seine Freunde: Große Welt! Große Abenteuer!; Lieblingslieder: Jahreszeitenlieder; Unser Sandmännchen

**Ab vier Jahren:** Die Eiskönigin: Olaf taut auf; Toy Story 2; Küss den Frosch; Weltbeste Briefe von Felix (Langen, A.); Pippi Langstrumpf/Michel aus Lönneberga (Lindgren, A.); Prinzessin Lillifee-Gute Nacht Geschichten

**Ab fünf Jahren:** Trolls: Finde dein Glück; Geschichten von Paddington (Bond, M.)

**Ab sechs Jahren:** Wir sind nachher wieder da, wir müssen kurz nach Afrika (Scherz, O.); Giraffenaffen Lieblingslieder; Urmel aus dem Eis (Kruse, M.)

**Ab acht Jahren:** Bitte nicht öffnen: Bissig!

**Romane:** **Unser kostbares Leben** (Fuchs, K.); Verzeihst du mir? (Anders, I.); Drei Frauen und ein falsches Leben (Heldt, D.); Die Jahre unserer Freundschaft (Lennox, J.); Mein Leben in deinem (Moyes, J.); Am liebsten sitzen alle in der Küche (Karnick, J.)

**Krimis/Thriller:** **Little Lies: Wer einmal lügt, dem glaubt man nicht** (Miranda, M.); Verhängnisvolles Lavandou (Eyssen, R.)

**Kochen:** Lust auf Land: Sommerküche (Mayer, M.); Wild kochen: Aus der grünen Küche der Natur (Eckmann, A.)

Die farblich gekennzeichneten Titel sind auch als eMedien in der Onleihe ([www.onleihe.de/biene](http://www.onleihe.de/biene)) verfügbar.

## Wochenmarkt

Jeden Freitag von 7 bis 12.30 Uhr

Die Gemeinde Gottmadingen sucht für ihr Rechnungsamt zum nächstmöglichen Zeitpunkt bzw. nach Vereinbarung einen

## Sachbearbeiter (m/w/d)

Es erwartet Sie ein verantwortungsvolles und interessantes Tätigkeitsfeld in unserer Kämmererei mit den Schwerpunkten Gewerbe- und Hundesteuerveranlagung. Für diese abwechslungsreiche Tätigkeit verfügen Sie über eine Ausbildung als Verwaltungsfachangestellte/r oder im mittleren Verwaltungsdienst. Wir bieten Ihnen eine Teilzeitbeschäftigung von 30-50% mit flexiblen Arbeitszeiten. Die leistungsgerechte Bezahlung erfolgt nach dem TVöD bis zur Entgeltgruppe 8.

Die ausführliche Stellenausschreibung finden Sie unter [www.gottmadingen.de](http://www.gottmadingen.de) (Rathaus > Jobs & Ausbildung).

Johann-Georg-Fahr-Straße 10  
78244 Gottmadingen

[hauptamt@gottmadingen.de](mailto:hauptamt@gottmadingen.de)  
[www.gottmadingen.de](http://www.gottmadingen.de)  
Telefon 07731 908-146



# TTS Gottmadingen gewinnt gegen Mimmensehausen

## Gottmadinger Tischtennispieler wieder auf Erfolgsspur

**Gottmadingen.** Im Eingangsdoppel besiegten Markus Horvath/Christian Horvath die Mimmensehauser Paarung Widmer/Klöppling klar mit 3:0. Enttäuscht über ihre Fünf-Satz-Niederlage gegen Ehinger/Gaugel waren indes Willmann/Gabriel, obwohl sie alles gegeben hatten und letztendlich im fünften Satz mit 11:13 unterlagen. Das Doppel Wollmer/Hug hielt das Spiel gegen Wild/Kohlöffel lange offen, konnte aber eine 3:1-Niederlage nicht verhindern. Somit stand es nach den Doppeln 1:2. In den anschließenden Einzeln hatte Markus Horvath zunächst Anlaufschwierigkeiten, besiegte aber dann den Spieler Robin Widmer mit 3:1 Sätzen. Erst im Entscheidungssatz wurde das Match zwischen Roland Willmann und Gerold Ehinger entschieden, das Roland Willmann letztendlich im fünften Satz mit 11:9 gewann. Anschließend ging das mittlere Paarkreuz bei einem Spielstand von 3:2 an den Tisch. Nicht einen Satzgewinn überließ Christian Horvath seinem Gegner Hans Gaugel beim seinem klaren 3:0-Erfolg. Nicht ganz mithalten konnte Hedy Wollmer bei ihrer Vier-Satz-Niederlage gegen Bernd Klöppling, obwohl sie nicht komplett

chancenlos war. Bei einem Spielstand von 4:3 ging dann das untere Paarkreuz an die Tische. Dabei konnte Franz Hug beim 11:7, 7:11, 11:7, 11:6 gegen Andreas Kohlöffel einen Sieg einfahren. Axel Gabriel gewann klar mit 3:0 gegen Helmut Wild, womit es nach der ersten Einzelrunde 6:3 für Gottmadingen stand. Im anschließenden Spitzenspiel konnte Markus Horvath die Nummer Eins der Mimmensehauser Gerold Ehinger mit einem umkämpften 3:2-Sieg bezwingen. Mit 11:9, 11:5, 4:11, 13:11 gewann anschließend Roland Willmann gegen Robin Widmer und gab dabei nur einen Satz ab. Im folgenden Match musste Christian Horvath eine 1:3-Niederlage gegen Bernd Klöppling hinnehmen. Hedy Wollmer hatte wenig später gegen Hans Gaugel bei ihrem 3:0 keine Schwierigkeiten und bestätigte ihre gute Form. Der Sieg von Wollmer stellte auch den 9:4 Heimsieg sicher.

Am Samstag, 11. März, spielen um 16:30 Uhr die TTS Herren 1 gegen die SG Konstanz-Wollmatingen, zeitgleich spielen die TTS Herren 2 gegen den TSV Aachlinz und um 20 Uhr spielen die TTS Herren 4 gegen den TTC GW Konstanz V.

# Unterstützung für die Nachbarschaftshilfe gesucht

## Helfer suchen Helfer

**Gottmadingen.** Seit dem Start 2019 steigt die Nachfrage nach den Leistungen der Nachbarschaftshilfe von Jahr zu Jahr kontinuierlich an. Dieses Angebot ist inzwischen zu einer großen Unterstützung in der Gemeinde geworden.

Das bestehende Team von circa 35 Helferinnen und Helfern in den Bereichen Fahrdienste, Hilfen im Haushalt und Garten freut sich über Unterstützung durch neue motivierte MitarbeiterInnen. Wenn die Nachbarschaftshilfe Interesse geweckt hat, kann man sich gerne bei ihr

melden. Sie informiert über die Art und Weise der Einsätze, Arbeitszeiten und die Vergütung. Erreichbar ist die Nachbarschaftshilfe telefonisch unter 07731 827268 oder 0151 56106205, per E-Mail unter nbh.gottmadingen@gmail.com. Persönlich erreichbar ist die Nachbarschaftshilfe während der Bürostunden jeden Freitag von 10 bis 12 Uhr in der Bahnhofstraße 8/1. Auf der Homepage [www.nachbarschaftshilfe-gottmadingen.de](http://www.nachbarschaftshilfe-gottmadingen.de) gibt es ebenfalls Informationen über die Nachbarschaftshilfe.

## Gemeinderatssitzung Wichtige Tops

**Gottmadingen.** Am Dienstag, 14. März, tagt um 18 Uhr der Gemeinderat im Rathaussaal. Unter anderem wird es um das **Nachrücken von Markus Romer in den Gemeinderat, Verpflichtung nach § 32 Absatz 1 Gemeindeordnung (Top 3)** und den **Beschluss über die Verlängerung des Mietzeitraums der Notunterkunft des Landratsamtes für Flüchtlinge in der alten Realschule (Top 5)** gehen.

## Schwarzwaldverein Gottmadingen. Mittwochs- wanderung

**Gottmadingen.** Zur ersten Mittwochswanderung am 15. März lädt der Schwarzwaldverein Gottmadingen alle Wanderbegeisterten ein. Treffpunkt um 14 Uhr ist auf dem Feuerwehrparkplatz in Gottmadingen, um Fahrgemeinschaften zu gründen.

Anschließend fahren sie nach Binningen, wo der Wanderführer Helmut Müller, Tel. 07731 72283, in einer circa anderthalbstündigen gemütlichen Wanderung um Binnigen sicher einiges zu erzählen hat.

## SG Rielasingen- Gottmadingen Heimspieltag

**Gottmadingen.** Die Handballer der SG RiGo laden zum Heimspieltag in der Goldbühlhalle in Gottmadingen am 11. März ein. Um 18 Uhr spielt die SG RiGo gegen den TV Meßkirch und um 20 Uhr spielt die SG RiGo 2 gegen den TSC Blumberg.

## MV Bietingen General- versammlung

**Bietingen.** Der Musikverein Bietingen lädt alle Mitglieder und Freunde des Vereins zu seiner Generalversammlung am Freitag, 10. März, ein. Sie beginnt um 20 Uhr im Probelokal neben der Grundschule und Turnhalle in Bietingen. Neben Berichten der Vorstandschaft stehen auch Neuwahlen und die Vorschau auf anstehende Termine auf der Tagesordnung.

## Unsere LeserInnen meinen

### Nicht wahrgenommen

Der Winter ist fast vorbei und wir hatten Glück. Der Strom ging nicht aus und das Wasser kam aus dem Wasserhahn. Trotzdem bin ich als Bürgerin Gottmadingens sehr enttäuscht über die Reaktion auf Leserbriefe und das Wahrnehmen von Fragen und Ängsten. Es gab den ganzen Winter keine konkrete Anlaufstelle in Gottmadingen im Ernstfall. Die abgedruckten Notfallanzeigen, bei Stromausfall oder Überschwemmungen et cetera, zeigen mir, dass kein wirkliches Interesse besteht, uns Bürger zu informieren.

Ich hatte erwartet, dass unser Gemeinderat uns und unsere Ängste auch beantwortet. Stockach, Radolfzell, Konstanz und andere Gemeinden haben reagiert. Warum nicht auch bei uns? Nun, dieser Winter ist fast vorbei, ein nächster wird kommen. Stellt sich die Frage, wie wir dann als Bürger und Bürgerinnen informiert werden, was bei längerem Stromausfall zu tun ist. Oder nehme ich dann die alten »Gottmadingen Aktuell« zur Hand und schaue mir die roten Notfallanzeigen durch? Dort allerdings findet sich keine Anlaufstelle in Gottmadingen. Nun dann, werden wir uns wohl beim Rathaus treffen und den Herrn Bürgermeister direkt fragen.

In diesem Sinne auf einen hoffentlich kommenden warmen Winter 23/24.

Daniela Beier,  
Gottmadingen

*Leserbriefe sind Meinungsäußerungen der Einsender, die sich nicht mit der Gemeinde oder Verlagsredaktion decken müssen. Die Verlagsredaktion behält sich das Recht auf Kürzung von Leserzuschriften vor. Sie sollten 1.650 Anschläge nicht überschreiten.*



13 Schüler und Schülerinnen von der ersten bis zur vierten Klasse der Hebel-schule Gottmadingen nahmen in Engen bei »Jugend trainiert für Olympia« im Bereich Handball teil. Nach drei Siegen gegen die Grundschulen aus Bodman, Steißlingen und Engen unterlag die Mannschaft nur der Grundschule aus Konstanz. Somit erreichten die Sportler den zweiten Platz. Das erfolgreiche Team: (hintere Reihe) Jesper Reuschel, Milan Beceric, Leni Topp, Katharina Sauter (Sportlehrerin), Leo Baude, Marin Beceric, Theo Rauh, Jona Beister, Tom Schrödl, (knieend) Neven Zent, Linus Reuschel, David Winzinger, (liegend) Ernes Kurti und Max Hafner. Foto: Sauter

## Schachfreunde mit gemischten Ergebnissen

### Sieg für Gottmadingen 1, Niederlage für Gottmadingen 2

**Gottmadingen.** Zur siebten Runde in der Verbandsliga Südbaden empfing die Gottmadinger Mannschaft den Tabellenführer aus Kuppenheim. Erwartungsgemäß reisten die Murg-Städter mit einer starken Aufstellung an. Alle Schachtitelträger im Aufgebot der Gäste waren mit dabei. Auch Gottmadingen konnte eine gute Aufstellung dagegensetzen und ein Unterschied von gerade einmal sieben DWZ-Punkten (Deutsche Wertungszahl) beim DWZ-Durchschnitt der Spieler verhiß einen spannenden und ausgeglichenen Mannschaftskampf. So endeten fünf der acht Begegnungen mit Remis, unter anderem auch die Partien an Brett 3 vom Internationalen Meister (IM) Alfred Weindl (Gottmadingen) gegen den FIDE-Meister (FM) Hubert Schuh und an Brett 4 von Martin Leutwyler gegen FM Hartmut Metz. An Brett 1 musste sich FM Benedict Hasenohr FM Thilo Ehlmann geschlagen geben. Der für Gottmadingen spielende schweizerische FM Julian Schärer konnte sich gegen den französischen IM Jean-Luc Roos durchsetzen. Den entscheidenden Punkt zum 4,5:3,5 Sieg für Gottmadingen erzielte FM

Wolfgang Steiger am sechsten Brett. Gottmadingen steht nach sieben Runden und 7:7 Mannschaftspunkten auf dem siebten Tabellenplatz. Am 2. April geht es zur nächsten Runde nach Weil am Rhein gegen den Tabellendritten Dreiländereck.

Vom DWZ-Durchschnitt her konnte man auch im Mannschaftskampf der Zweiten Mannschaft in Radolfzell ausgeglichene Begegnungen erwarten. Doch bei diesem Mannschaftskampf endete keine der acht Partien mit einem Remis. Die Partien an den Brettern 1 bis 4 konnten die Radolfzeller für sich entscheiden. Erwin Bayer an Brett 5, Thomas Bernhard an Brett 6 und Florian Sailer an Brett 7 konnten ihre Partien gewinnen. Dominic Müller am achten Brett musste nach sechs Siegen in den ersten sechs Runden seine erste Niederlage hinnehmen, wodurch der Mannschaftskampf mit 5:3 für Radolfzell endete. Nach sieben Runden steht Gottmadingen 2 mit 6:8 Mannschaftspunkten auf dem vierten Tabellenplatz. In der kommenden Runde ist Gottmadingen spielfrei. Zum Saisonabschluss geht es am 7. Mai nach Pfullendorf.

## Geflügelpest - Sicherheitsmaßnahmen

### Besondere Vorsicht ist geboten

**Hegau.** Vermehrte Nachweise des aviären Influenzavirus H5N1 bei Wildvögeln verlangen auch im Landkreis Konstanz erhöhte Biosicherheitsmaßnahmen bei den Geflügelhaltungen. Das Geflügel ist durch Aufstallung oder durch Haltungen in entsprechend geschützten Ausläufen vor dem Kontakt mit Wildvögeln zu schützen.

Im Bodenseekreis wurde bei einer Lachmöwe das aviäre Influenzavirus H5N1 nachgewiesen. Das Landratsamt Konstanz ergreift aufgrund der zunehmenden Zahl an Fällen im direkten Umland und aufgrund der Tatsache, dass der Bodensee insgesamt als ein Ökosystem zu betrachten ist, ein landkreisweites Aufstallungsgebot des Geflügels. Dies erfolgt außerdem unter Berücksichtigung, dass Möwen einen Aktionsradius bis weit hinein in das Bodenseehinterland haben und der Landkreis Konstanz eine hohe Geflügeldichte aufweist.

Das Landratsamt Konstanz hat zum präventiven Schutz der Geflügelbestände am 3. März eine Allgemeinverfügung zur landkreisweiten Aufstallung erlassen. Dabei wird die generelle Aufstallung der Tiere in geschlossenen Ställen oder unter einer Vorrichtung, die aus einer überstehenden, nach oben gegen Einträge gesicherten dichten Abdeckung und einer gegen das Eindringen von Wildvögeln gesicherten Seitenbegrenzung verfügt. Diese Regelungen gelten ab dem 4. März 2023 bis zum 31. März 2023.

Die bestehende Allgemeinverfügung vom 16. Januar 2023 des Landes Baden-Württemberg zur

Anwendung von Biosicherheitsmaßnahmen bei Geflügel beziehungsweise gehaltenen Vögeln zu präventiven Zwecken, Az.: 33-9123 Biosicherheit, ist ebenso zu beachten. Es ist im Moment extrem wichtig, Hausgeflügel vor dem Kontakt zu Wildvögeln und somit vor einer schweren Erkrankung, meist mit tödlichem Verlauf, zu schützen. Das Veterinäramt appelliert deshalb an alle Geflügelhalter, die bereits getroffenen Maßnahmen nochmals kritisch zu überprüfen und gegebenenfalls zum Schutz ihres Geflügels zu verbessern.

Das Risiko einer Virusübertragung auf den Menschen schätzt das Robert Koch-Institut derzeit als sehr gering ein. In der Regel erkranken nur Vögel. Andere Tiere können das Virus jedoch bei Kontakt weiterverbreiten ohne selbst zu erkranken. Daher sollte ein direkter Kontakt von Haustieren – insbesondere Hunden und Katzen – mit toten oder kranken Vögeln vermieden werden.

Die Allgemeinverfügung vom 3. März 2023 des Landkreises Konstanz ist auf der Homepage des Landratsamtes unter [www.LRAKN.de/bekanntmachungen](http://www.LRAKN.de/bekanntmachungen) einsehbar. Die Allgemeinverfügung des Landes Baden-Württemberg vom 16. Januar 2023 gibt es als PDF auf [badenwuerttemberg.de](http://badenwuerttemberg.de). Allgemeine Informationen zur Geflügelpest gibt es unter [www.fli.de/de/aktuelles/tierseuchengeschehen/aviaerinfluenza-aigefluogelpest/mlr.baden-wuerttemberg.de/de/unsere-themen/tierschutz/tiergesundheit/tiergesundheit/tierkrankheiten-tierseuchenzoonosen/vogelgrippe/](http://www.fli.de/de/aktuelles/tierseuchengeschehen/aviaerinfluenza-aigefluogelpest/mlr.baden-wuerttemberg.de/de/unsere-themen/tierschutz/tiergesundheit/tiergesundheit/tierkrankheiten-tierseuchenzoonosen/vogelgrippe/).

Anzeigenberatung

**GOTTMADINGEN**  
aktuell

Charlotte Benz

Donaustr. 23a · 78244 Gottmadingen · Tel. 07731 978016  
E-Mail: [charlotte.benz@t-online.de](mailto:charlotte.benz@t-online.de)

oder direkt bei

**INFO**  
KOMMUNAL

Jahnstraße 40 · 78234 Engen  
Tel. 07733 996594-0  
Fax 07733 996594-5690  
E-Mail: [info@info-kommunal.de](mailto:info@info-kommunal.de)

Anzeige

# Tag der Rückengesundheit am 15. März

## Volksleiden Nummer Eins

»Aktion Gesunder Rücken« schafft Aufmerksamkeit für mehr Rückengesundheit

**Hegau.** Drei von vier Deutschen leiden mindestens einmal im Leben unter Rückenschmerzen: Typisch dabei ist, dass sie ab einem Lebensalter von etwa 30 oder 40 Jahren plötzlich auftreten und innerhalb einiger Tage oder Wochen auch wieder verschwinden. »Das Beste, was Sie tun können, ist weiter ihrem Alltag nachzugehen und so gut es

geht körperlich aktiv zu bleiben«, sagt Bundesverband-deutscher-Rückenschulen-Vorstand und Rücken-Experte Ulrich Kuhnt (BdR). Doch das wüssten die wenigsten Menschen. Genau da wollen die Initiatoren des Tags der Rückengesundheit ansetzen – ebenso wie beim Thema Prävention: Am besten sei es natürlich, bereits im Voraus den

Rücken so zu stärken, dass es erst gar nicht zu dem schmerzhaften Erlebnis komme. »Genau deswegen sind Aktionstage wie dieser zum Volksleiden Nummer Eins in Deutschland so wertvoll und wichtig«, bestätigt Boris Thomas, Bettenhersteller. Das Bewusstsein für einen gesunden Rücken müsse weiter gesteigert werden. Inzwischen kämen zwar schon 20 Prozent seiner Kunden zu ihm, um sich rein präventiv über rückengesunde Betten zu informieren, »aber da ist noch Luft nach oben«.

Anders ist die Lage bei Menschen, die bereits Rückenschmerzen haben: Sie müssen nicht mehr von der Notwendigkeit passender Produkte überzeugt werden. »Aber auch sie brauchen einen Wegweiser«, sagt Aktion-Gesunder-Rücken-Geschäftsführer Detlef Detjen (AGR). Die Aktion Gesunder Rücken verstehe sich deshalb als eine Art »Verbraucherzentrale für Rückengesundheit« und werde auch von Ärzten und Therapeuten entsprechend weiterempfohlen. »Wir wollen hier vor

allem Mut machen und den Betroffenen zeigen, dass sie nicht allein sind«, sagt Detjen. Denn Rückenschmerzen lassen sich in den Griff bekommen. Im Verzeichnis der AGR-Webseite finden sich auch Kontakte zu AGR-zertifizierten Fachgeschäften, zu medizinischen Verbänden sowie zu Ergonomie-Experten für rückengerechte Verhältnisprävention. Ganz im Sinne der Kooperation mit der AGR informiert der BdR auch über das Angebot der Rückenschulen, deren Kurse deutschlandweit zu finden sind. »In unserem ganzheitlichen Präventionskonzept wollen wir den Fokus der Teilnehmer auf ihre Gesundheit und ihren Lebensstil lenken und sie dabei unterstützen, Veränderungen zu bewirken, die ihnen spürbar gut tun«, erklärt Kuhnt. Der Sportpädagoge versteht die Arbeit der Rückenschulen ebenso wie den Tag der Rückengesundheit als Bildungsauftrag. Denn: »Wir wollen die Kompetenz jedes Einzelnen verbessern, mit dem eigenen Körper achtsam und bewusst umzugehen«.

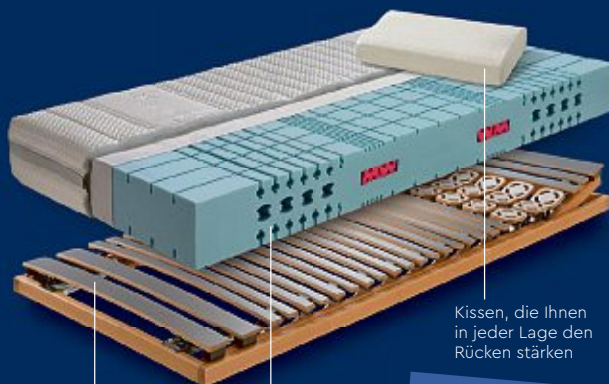
**Wellness-Massagen**  
- auch mobil -

Simone Hornung  
Tel. +49 173 444 7012  
78259 Mühlhausen-Ehingen  
simone.hornung-wellnessmassagen@web.de  
simone-hornung-wellnessmassagen.de  
Geschenkgutscheine möglich

## LIEGEN, WIE SIE SCHON IMMER LIEGEN WOLLTEN.

Das WERKMEISTER Schlafsystem – perfekt auf Sie zugeschnitten.

WERKMEISTER  
Aktive Schlafkultur



Unterfederungen – die selbstregulierende Basis

Matratzen – der „Kern des Komforts“ mit vielfältig konzipierten Wirkweisen

Kissen, die Ihnen in jeder Lage den Rücken stärken

EXKLUSIV IM  
AUTORISIERTEN  
FACHHANDEL



### Betten Diehl

Scheffelstraße 31  
– Fußgängerzone –  
78224 Singen  
Tel.: 0 77 31/6 25 59  
www.betten-diehl.de

Bei uns liegen  
Sie richtig!

**Kickboxen**  
-AUSSEHEN  
-FÜHLEN  
-SEIN

**Schnupperstunden**

immer donnerstags  
17-18 Uhr Kids 6-8 Jahre  
18-19 Uhr Schüler 9-14 Jahre  
19-20 Uhr Teen ab 15 Jahre  
Karate Team Hegau  
Schloßstr. 57 | 78259 Mühlhausen

2 Stunden gratis!

Jetzt Probetraining vereinbaren  
www.karate-hegau.de | Tel: 07733-5036273

**KARATE TEAM HEGAU**  
STARK IM LEBEN

Anzeige

# Der Traum vom gesunden Rücken

## Die Rückengesundheit verbessern

### Die häufigsten Fehler beim Schlafen, die dem Rücken schaden

Manchmal kann gerade die Zeit, die zur Erholung gedacht ist, gefährlich für unsere Gesundheit sein. Immerhin gut ein Drittel unseres Lebens, also viele Jahrzehnte, verbringen wir mit Schlafen.

**Hegau.** Rückenschmerzen nach dem Aufstehen betreffen Millionen von Menschen. Eine schlechte Schlafposition, die falsche Unterlage und andere Fehler führen tagsüber zu starken Beschwerden. Im Folgenden einige nützliche Infos über den Zusammenhang zwischen schlechten Schlafgewohnheiten und der Entstehung von Rückenschmerzen.

#### Gründe für Rückenschmerzen nach dem Aufstehen

Einer der häufigsten Fehler beim Schlafen ist eine schlechte Position. Besonders die Bauchlage wirkt sich negativ aus. Der in der Nacht gedrehte Kopf führt zu Belastungen in der Halswirbelsäule und baut Druck auf die Gelenke auf. Im Schlaf verdrehen viele unbewusst ihren Na-

cken, der nach dem Aufstehen zu Schmerzen beginnt. Außerdem wirkt diese Schlaf-Position der gesunden S-Form der Wirbelsäule entgegen.

Diese ist essenziell für unsere Rückengesundheit, weil durch die Bogenform alltägliche Stöße und Erschütterungen abgemildert werden. Ebenso ungünstig ist das Nächtigen auf der rechten Seite. Bei empfindlichen Patienten kann es zu Sodbrennen durch zurückfließende Magensäure kommen. Ferner führen falsche Matratzen sowie zu hohe oder zu niedrigen Kissen zu Problemen.

#### Die richtige Schlafposition und der Einfluss von Matratze und Kopfkissen

Medizinische Experten empfehlen, auf dem Rücken oder der linken Seite zu schlafen. Nacken und Schultern entspannen sich in Rückenlage und die Wirbel können ihre natürliche Form beibehalten. Dies beugt Beschwerden durch nächtliche Dehnungen vor. Auch für die Seitenlage sprechen mehrere



Das Kopfkissen sollte nach der vorwiegenden Schlafposition ausgesucht werden.

Gründe. Sie fördert den Blutkreislauf, da sich die Hauptschlagader links befindet. Zudem nehmen viele Menschen bereits intuitiv diese Position ein und müssen sich nicht umgewöhnen, was Einschlafproblemen vorbeugt.

Im Schlaf sollten Patienten ihr Kopfkissen nach der typischen Schlafposition auswählen. Für Rückenschläfer sollte es möglichst niedrig ausfallen, um

Druck auf den Nacken abzubauen und den Kopf bequem zu betten. Seitenschläfer wiederum profitieren von festen, leicht erhöhten Kissen. Der Nacken sollte geradlinig aufliegen, um die Halswirbel nicht zu spannen.

Ebenso bedeutsam ist die Wahl der richtigen Matratze bei Rückenschmerzen. Menschen mit höherem Körpergewicht sollten auf harte Matratzen zurückgreifen. Sie verteilen die Druckpunkte besser und richten die Wirbelsäule gerade aus. Demgegenüber können weiche Unterlagen für eher dünne Personen sinnvoll sein. Die Matratze sollte punktgenau elastisch sein, um Körperteile wie den Nacken ausreichend abzustützen und den Rücken stabil zu federn. Dadurch werden Fehler beim Schlafen vermieden.

## ZIRBENAKTION bis 25.03.2023

Mit duftendem Zirbenholz, natürlich und erholt schlafen!  
Rost mit Spezialfederkörper, auch in Zirbe erhältlich!

Ihrer Gesundheit zuliebe!

**RELAX**  
Natürlich schlafen. Besser leben.

**SIE SPAREN: 150,00 €** beim Kauf eines Relax 2000 Systems

**GRATIS:** Zirbensäckchen für Sie!

**Nachlass auf alle Möbel**

**UNSERE ZIRBENPRODUKTE**

- Schränke und Kommoden
- Bettgestelle und Roste
- Kopfkissen und Zudecken
- Duftkissen und Duftöle

**riedinger**

Schreinerei & Bettenfachgeschäft  
Amthausstr. 5 ■ 78247 Hilzingen / Weiterdingen  
Tel. 07739-1280 ■ [www.schreinerei-riedinger.de](http://www.schreinerei-riedinger.de)

**STATT REGULÄRER ÖFFNUNGSZEITEN BERATEN WIR SIE AN IHREM WUNSCHTERMIN!**

Einfach persönlichen Termin vereinbaren: ☎ 0 77 39/ 12 80 oder per Mail [mail@schreinerei-riedinger.de](mailto:mail@schreinerei-riedinger.de)

### Hatha Yoga Kurse

Krankenkassenzertifiziert und Hansefit-Partner  
Massagen, energetische Sitzungen, Workshops und Vorträge.

Informationen und Anmeldungen unter

[www.yoga-imhegau.com](http://www.yoga-imhegau.com)  
oder **Tel. 01 76/43 12 28 08**



Anzeige

# Aktiv den Rücken stärken

## Übungen für den Rücken

**Auf persönliche Schmerzgrenze achten**

**Hegau.** Bei Rückenschmerzen im unteren Wirbelsäulenbereich handelt es sich nur bei etwa drei bis fünf Prozent aller Fälle tatsächlich um einen Bandscheibenvorfall. Ein operativer Eingriff ist auch nur dann erforderlich, wenn es zu neurologischen Auffälligkeiten, wie ausgeprägten Taubheitsgefühlen oder Lähmungen kommt. Um zu differenzieren, ob es sich bei den Rückenschmerzen um muskuläre Verspannungen oder etwa einen schwerwiegenden Bandscheibenvorfall handelt, der durch gewisse Rückenübungen negativ beeinflusst werden könnte, ist vor der Durchführung von Rückenübungen unbedingt eine tiefreichende Diagnostik der Rückenschmerzen notwendig.

Hier einige Übungen zum Abbauen von Spannungen im Bereich der Lendenwirbelsäule, die Mobilisation der Wirbelsäule und das Dehnen des Hüftbeugers:

**Mobilisation der Lendenwirbelsäule:**

Legen Sie beide Hände flach auf den unteren Rücken, knapp oberhalb des Gesäßes und nehmen Sie einen stabilen Stand ein. Schieben Sie nun Ihr Becken langsam nach vorne, parallel dazu den Oberkörper nach hin-

ten. Lassen Sie den Kopf leicht in den Nacken fallen. Halten Sie diese Stellung für einige Atemzüge, ehe Sie sich langsam wieder in Ausgangsposition begeben.

**Aushängen:**

Stützen Sie sich mit den Händen links und rechts auf - zum Beispiel auf den Lehnen zweier stabil stehender Stühle. Winkeln Sie die Beine an und lassen Sie das Becken entlang der Schwerkraft nach unten fallen.

**Hüftbeugerdehnung:**

Nehmen Sie eine Haltung im Ausfallschritt ein, sodass zunächst das rechte Knie auf dem Boden aufliegt, das linke Bein im rechten Winkel aufgestellt. Schieben Sie langsam Ihr Becken nach vorne in Richtung der linken Ferse. Wiederholen Sie diese Rückenübung auch für die Gegenseite.

**Mobilisation im Liegen:**

Legen Sie sich flach auf den Boden, die Handflächen links und rechts knapp oberhalb Ihrer Schulter abgestützt. Drücken Sie nun langsam Ihren Oberkörper nach oben. Das Becken bleibt dabei auf der Unterlage. Halten Sie diese Stellung einige Sekunden und lassen Sie Ihren Oberkörper dann sanft wieder in die Ausgangsstellung gleiten.

### Physiotherapie

#### Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir

Physiotherapeuten m/w/d

Wir bieten:

- Interessante und individuelle Tätigkeit
- Sehr gute Bezahlung
- Flexible Arbeitszeiten
- Finanzielle Unterstützung für fachliche Weiterbildung
- Betriebliche Altersvorsorge



Wenn du eine Veränderung suchst dann bewerbe dich. Gerne auch als E-Mail bei:

**Physiotherapie Arthur & Veronique Maus**

Anneliese-Bilger-Platz 2  
78244 Gottmadingen  
Tel.: 07731 71517  
E-Mail: a-n-maus@gmx.de

## Ihr Rücken in guten Händen!

### Rehabilitationssport:

vom Arzt verordnet – von der Kasse bezahlt.



**EXCLUSIVE**<sup>®</sup>  
Medizinisches Fitnesstraining

Zeppelinstr. 15/1 • Gottmadingen

- +49 77 31/976 13 85
- info@exclusive-gottmadingen.de
- www.exclusive-gottmadingen.de



## Rückenschmerzen?

Vielleicht liegt es an Ihrem Bett?

Kommen Sie jetzt zum Probeliegen!

Denn jeder Körper ist einzigartig und verdient ein individuelles Schlafsystem.

Schreinerei  
Möbelwerkstatt  
Innenausbau

**Lang**



Ostlandstraße 2 · 78234 Engen  
Tel.: 0 77 33/68 06  
lang@pronatura-lang.de · www.pronatura-lang.de  
Fordern Sie Ihre kostenlose Infobroschüre  
„mehr wissen, besser schlafen“ an.

**ProNatura.**  
ergonomisch besser schlafen

**INFO**  
KOMMUNAL

Jahnstraße 40 · 78234 Engen  
Tel. 07733 996594-0  
Fax 07733 996594-5690  
E-Mail: info@info-kommunal.de

## Kleintierzuchtverein C560 Gottmadingen Mitglieder- versammlung

**Gottmadingen.** Der Kleintierzuchtverein C560 Gottmadingen lädt zur Mitgliederversammlung am Samstag, 11. März, um 18 Uhr ins Esszimmer (DAK-Gebäude) im Industriepark 322 in Gottmadingen ein. Auf der Tagesordnung stehen unter anderem der Rückblick auf das abgelaufene Zuchtjahr sowie ein Ausblick auf das bevorstehende neue Zuchtjahr und die Bekanntgabe bereits feststehender Termine. Die Jahreshauptversammlung findet am Samstag, 22. April, statt. Um rege Teilnahme wird gebeten.

## Selbsthilfegruppe Asthma Vortrag

**Hegau.** Am Dienstag, 14. März, findet um 18 Uhr in der Gems in Rielsingingen-Arlen ein Vortrag zum Thema »Asthma Behandlung und ganzheitliche Medizin« durch A.H. Kornmayer statt. Interessierte sind herzlich Willkommen.

Die Selbsthilfegruppe Asthma und andere Atemwegserkrankungen ist Teil des Sozialverbands VDK, Ortsverband Rielsingingen-Worblingen. Infos gibt es bei Marlene Isele unter Tel. 07731 24253.

## Gemeindeverwaltung

## Fasnachtserlös für einen guten Zweck

**Gottmadingen.** Wie bereits in den vorangegangenen Jahren spendet die Gemeinde Gottmadingen auch die diesjährigen Einnahmen aus dem Getränkeverkauf am »Schmutzigen Donnerstag« im Rathaus Gottmadingen für einen guten Zweck: Der »Brücke der Freundschaft« gehen damit 350 Euro zu.

»Die Kosten für den Einkauf der Getränke übernimmt die Gemeinde Gottmadingen selbstverständlich vollständig aus dem eigenen Budget, so dass der Verkaufserlös, bei allerdings bewusst moderaten Preisen, zu hundert Prozent dem guten Zweck zur Verfügung gestellt werden kann«, so Bürgermeister Dr. Michael Klinger.

## TTS Gottmadingen Tischtennis Mini- Meisterschaften

**Gottmadingen.** Bei der größten Breitensportaktion im deutschen Sport mit jährlich über 25.000 Teilnehmern deutschlandweit stehen für einen Tag die Kleinsten im Mittelpunkt. Der TTS Gottmadingen veranstaltet diese Saison auch wieder eine Tischtennis-Minimeisterschaft für Mädchen und Jungen bis 12 Jahren (1. Januar 2010 und jünger).

Das Turnier findet am Samstag, 18. März, ab 10 Uhr in der Hebelhalle Gottmadingen statt. Mitmachen dürfen Kinder, die noch nie in einer Tischtennis-Mannschaft gespielt haben. Die Spiele finden jeweils in den Altersklassen bis acht Jahren, neun bis zehn Jahren und elf bis zwölf Jahren für Mädchen und Jungen getrennt statt und es gibt tolle Pokale und Preise zu gewinnen. Anmeldung sind noch bis Mittwoch, 14. März, auf [www.tts-gottmadingen.de](http://www.tts-gottmadingen.de) oder direkt per E-Mail unter [info@tts-gottmadingen.de](mailto:info@tts-gottmadingen.de) möglich.

## Jugendmusikschule Westlicher Hegau

## Schnupperstunde für Senioren

**Hegau.** Die Jugendmusikschule Westlicher Hegau lädt alle Junggebliebenen ab 60 Jahren aus Hilzingen und Umgebung zu einer Schnupperstunde am Freitag, 10. März, um 10:30 Uhr in den August-Dietrich-Saal in Hilzingen ein. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Gemeinsames Singen und Bewegen sowie Musizieren mit einfachen Instrumenten stehen auf dem Programm. Vor allem aber steht der Spaß und die Freude an der Musik im Vordergrund. Die Lehrkraft Susann Scheibling freut sich auf Anfragen unter der Handy-Nr. 0173 8076644 oder in der Geschäftsstelle der Jugendmusikschule Westlicher Hegau unter Tel. 07731 92476.

**Redaktions- und  
Anzeigenschluss**  
Montag, 12 Uhr

## Ein volles Programm

### Deutsch-Italienischer Freundeskreis will loslegen



Eine der Spenden ging an den Evangelischen Kindergarten.

Foto: Freundeskreis

Drei Jahre lang war es still um den Deutsch-Italienischen Freundeskreis Gottmadingen. Nun haben sie sich für das nächste Jahr einiges vorgenommen.

**Gottmadingen (md).** Seit der letzten Jahreshauptversammlung im März 2020 war einiges los, erklärte die Vorsitzende des Deutsch-Italienischen Freundeskreises, Anna de Giacomo. Corona habe die Welt verändert und die Treffen des Freundeskreises eingeschränkt, die Pandemie machte Angst und es gab Bedenken. »So langsam kehren wir zu einer Art Normalität zurück«, freute sie sich während der Jahreshauptversammlung in der vergangenen Woche im Hotel Sonne, zu der einige der Mitglieder gekommen sind. Die Freude, sich endlich wieder zu treffen war den Teilnehmern deutlich anzusehen. Leider sind auch einige Mitglieder in der Zeit seit der letzten Versammlung verstorben, darunter auch einige Gründungsmitglieder. Wegen der Pandemie konnte sich der Freundeskreis kaum oder gar nicht treffen, es gab einen »Stillstand«, wie de Giacomo es bezeichnete. Umso erfreulicher war es, dass der Freundeskreis während der Pandemie Sachspenden an die vier Gottmadinger Kindergärten überreichen konnte und so die Herzen der Kinder zum Leuchten gebracht hat. Nun will der Verein aber mit einem vollen Programm in das Jahr starten, im Mai ihre Freunde in Caselle besuchen sowie im Juli ein Boccia-Turnier veranstalten, bevor im Oktober die Freunde aus Caselle zu Besuch kommen und das Vereinsjahr mit der Weihnachtsfeier beschlossen

wird. De Giacomo dankte allen Mitgliedern für die großartige Unterstützung und den Rückhalt, ohne den es den Verein nicht geben würde. In den Dank schloss sie auch ihre Vorstandskollegen mit ein, die eine tolle Arbeit leisten. »Wir sind ein gutes Team und ich kann mich auf sie verlassen«, dankte sie den Vorstandskollegen. Das Ziel, das sie alle antreibe, sei, den Freundeskreis aufrecht zu erhalten.

Der Kassier des Vereins, Berthold Brachat, legte einen kleinen Berg Papier vor, denn der Kassenbericht zu drei Jahren stand an. Das Minus aus dem Jahr 2020 erklärte sich laut Brachat daher, dass die Boccia-Bahn in Bietingen renoviert wurde, diese sei aber nun voll einsatzfähig und warte nur noch auf Spieler. Die Folgejahre 2021 und 2022 wiesen dann wieder ein leichtes Plus auf, obwohl bei den Mitgliedsbeiträgen ein kleiner Rückgang zu verbuchen war. Den kurzgehaltenen Vortrag belohnten die Kassenprüfer mit lobenden Worten, ordentlich und ohne Beanstandung bezeichneten sie Brachats Kassenführung und schlugen die Entlastung von Kassier und Vorstand vor. Bürgermeister Dr. Michael Klinger, der zur Verstärkung seine Tochter mitgebracht hatte, bedankte sich beim Freundeskreis für seine wertvolle Arbeit. »Der Verein ist wichtig für die Partnerschaft mit unseren italienischen Freunden«, erklärte er und freute sich, dass der Austausch nun wieder angeschoben wird. Beim Schüleraustausch habe es zwar laut Dr. Klinger noch, aber daran werde mit Hochdruck gearbeitet. Die vorgeschlagene Entlastung des Vorstandes wurde einstimmig angenommen.



Der Jungzüchter Olaf Braun (links) des Kleintierzuchtverein C560 Gottmadingen wurde bei seiner ersten Ausstellung auf Kreisebene mit seinen Blauen Wienern Jugend-Kreismeister mit 382 Punkten. Auf der Jahreshauptversammlung des Kreisverbands konnte er endlich seinen verdienten Pokal von Kreisjugendleiter Patrick Schulz (rechts) entgegennehmen. Foto: Rothe

# Autowäsche mit Hochdruck

## Nur Flachstrahldüsen verwenden

**Hegau.** Zur Reinigung ihres fahrbaren Untersatzes greifen viele gern zur Hochdruck-Sprühlanze. In der Frage, ob die Reifen durch den Wasserstrahl des Hochdruckreinigers Schaden nehmen können, geben die Expertenorganisation DEKRA und der Reinigungsspezialist Kärcher in einer Studie Entwarnung: »Mit der richtigen Arbeitsweise und einem Mindestabstand von 30 Zentimetern zur Oberfläche kann man den Hochdruckreiniger problemlos nutzen«, berichtet der Reifenexperte Christian Koch. Zur Reinigung empfehlen

sich demnach aber ausschließlich Flachstrahldüsen, die das Wasser in einem breiten, fächerförmigen Strahl versprühen. Solche Düsen werden bei fast alle Hochdruckreinigern mitgeliefert und sind auch in Waschcentern, Werkstätten und Tankstellen Standard. »Rotations- oder gar Punktstrahldüsen, die für industrielle Anwendungen oder für den Schmutzabtrag auf Steinflächen gedacht sind, können die Reifen dagegen durchaus beschädigen und sind für die Fahrzeugwäsche nicht geeignet«.

## VfB Randegg Showtanzturnier

**Randegg.** Am 11. März findet in Randegg das 14. Showtanzturnier statt. Für dieses Event gibt es noch Restkarten für Stehplätze. Diese können online über [www.vfbrandegg.de](http://www.vfbrandegg.de) gekauft werden.

INFO  
KOMMUNAL

Jahnstraße 40 · 78234 Engen  
Tel. 07733 996594-0  
Fax 07733 996594-5690  
E-Mail: [info@info-kommunal.de](mailto:info@info-kommunal.de)

# WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG

Serviceassistenz (m/w/d)

**Ihre Aufgaben**

- Vorbereitung der Aufträge für den Servicebereich
- Kundenbetreuung und Information auch am Empfang
- Vereinbarung von Serviceterminen
- Assistentztätigkeiten für die Serviceberater
- Betreuung der Telefonzentrale
- Allgemeine administrative Tätigkeiten

**Ihr Profil**

- erfolgreich abgeschlossene kaufmännische Ausbildung
- gute EDV-Kenntnisse
- freundliches und gewandtes Auftreten
- Freude am Umgang mit Kunden
- Berufserfahrung im Servicebereich wünschenswert
- Sehr gute Umgangsformen

**Wir bieten Ihnen eine verantwortungsvolle Tätigkeit in einem unabhängigen Autohaus**

**Dabei erwarten Sie:**

- Weiterbildungsangebote im Rahmen
- Attraktive Konditionen für Fahrradleasing
- Bis zu 30 Tage Jahresurlaub
- Betriebliche Altersvorsorge / vermögenswirksame
- Flache Hierarchien und eine offene
- Unternehmenskommunikation

Kfz -Meister (m/w/d)

**Nach individueller Einarbeitung vor Ort bist du unsere Hauptansprechperson für das Werkstattteam:**

**Deine Aufgaben:**

- Du koordinierst die Arbeitsabläufe der Werkstatt
- Du führst dein eigenes Team & gemeinsam erreicht ihr gute Arbeitsergebnisse
- Als "Schrauber aus Leidenschaft" unterstützt du bei anspruchsvollen Reparaturen
- Mit deinem tiefen Praxiswissen bildest du die Kompetenzen deines Teams weiter aus

**Dein Profil**

- Du wirst in Kürze deinen Abschluss als Kfz-Meister (m/w/divers) machen bzw. bist bereits Kfz-Meister (m/w/divers)
- Du überzeugst mit sehr guten Fachkenntnissen im Kfz-Bereich
- Führungserfahrung wäre wünschenswert
- Führerschein Klasse B

**Unser Angebot**

- Ein unbefristetes Arbeitsverhältnis
- Abwechslungsreiche Aufgaben mit hoher Eigenverantwortung
- Für das bisschen Meer: Urlaubs-/ Weihnachtsgeld
- Du bist nicht allein: Eine Einarbeitung sichert deinen optimalen Star
- Das Plus für deine Karriere - Eine Vielzahl Weiterbildungsmöglichkeiten
- Gönn dir eine Auszeit: 30 Tage Jahresurlaub

Besuchen Sie sich jetzt unter:  
[info@schmidautohaus.de](mailto:info@schmidautohaus.de)  
oder [www.schmidautohaus.de](http://www.schmidautohaus.de)

# GoBi steht gegen Überlingen vor schwerer Aufgabe

## A-Junioren starten überzeugend mit vier Toren von Aaron May

**Gottmadingen.** Bei der 1. Mannschaft läuft vor dem Rundstart nur wenig rund. Unglaublich viele Spieler waren, beziehungsweise sind verletzt oder krank. Das Vorbereitungsspiel am letzten Samstag gegen Rielasingen 2 wurde kurzfristig vom Gegner abgesagt. Das für Montag geplante Spiel gegen den ESV-Südstern musste von GoBi wegen Spielermangels erneut selbst abgesagt werden. So gab es am Mittwoch ein Spiel gegen den Kreisliga A-Ligisten TuS Blumberg, der ebenfalls am Wochenende in die Spielrunde einsteigt. Den FC Überlingen, der Gegner am Samstag, hat GoBi letzte Woche gegen den ESV-Südstern Singen gesehen. Trotz der 3:8-Niederlage haben sie mit ihrem Spielaufbau und dem Tempo beeindruckt. Da gilt es, dagegen zu halten. Anspiel auf dem Katzental ist wie gewohnt um 15:30 Uhr.

Die 2. Mannschaft hat den ersten Test gegen die höherklassige DJK Singen mit 2:3 verloren. Matthias Radig und Onur Afyoncu gelang jeweils der Anschlusstreffer. Zum Ausgleich reichte es trotz guter Möglichkeiten nicht. Dennoch hatten drei Spieler Grund zum Feiern. Die Gruber-Cousins Cedric, Manuel und Marco standen erstmals gemeinsam

auf dem Spielfeld. Am Wochenende wird Marco bei der 1. gebraucht, die anderen sind am Sonntag um 14 Uhr auf dem Katzental mit der 2. Mannschaft beim Test gegen den SV Mühlhausen 2 gefordert.

Die A-Junioren hatten am Mittwoch trotz des Fehlens von vier Spielern beim Test gegen den Landesligisten SG Böhrlingen überzeugt. Drei Tore erzielte Julian Lang, zwei Mehyar Albarjas, eins ging auf das Konto von Finn Kuhlicke. Zum ersten Rückrundenspiel gastierte die SG Orsingen-Nenzingen in Hilzingen. Beim Saisonstart gab es für GoBi eine unglückliche 2:1-Niederlage. Dafür revanchierten sie sich eindrucksvoll mit einer geschlossenen Mannschaftsleistung. Bereits in der achten Minute profitierte Aaron May von einem guten Zuspiel. Danach verhinderte der starke Orsinger Torhüter mehrfach das 2:0. Kurz vor der Pause rettete auf beiden Seiten die Torstange. In der Nachspielzeit steckte Alex Jur durch, May schob ein. In der zweiten Hälfte wurde die GoBi-Dominanz stärker. Julian Lang scheiterte mehrfach am Hüter, so war Aaron May auch der dritte Treffer vorbehalten. Pascal Schulte legte nach einer starken Aktion von der Grundlinie zurück.

(72.). Das vierte Tor war erst nach mehrfachem Nachsetzen über der Linie. Am Sonntag um 15:30 Uhr könnte mit einem Erfolg in Markelfingen ein weiterer Platz gut gemacht werden.

Die B1-Junioren bleiben in der Spur. Nach dem 1:0 gegen BSV Nordstern Radolfzell holten sie aus den letzten Spielen sechs Siege und ein Unentschieden. Der Gast hielt aus Sicht von Trainer Christian Scholter »voll dagegen«. So war Geduld gefragt, um eine der wenigen Möglichkeiten zu nutzen. Rawnd Saadun sicherte in der 65. Minute den verdienten Erfolg. Am Samstag um 17 Uhr darf man gespannt sein, ob in Kluffern gegen die »Remis-Könige« der Liga mehr als ein Punkt herauspringt.

Die B2-Junioren machten auf dem Katzental diesmal gegen den ungeschlagenen Tabellenführer TV Konstanz keinen Stich. Zum Saisonstart war ihnen ein sensationelles 1:1 gelungen. Auf den Elfmeter zum 0:1 (9.) folgte direkt das 0:2 (11.). Mit 0:4 ging es in die Pause. Die zweite Halbzeit lief besser. Der Einsatz stimmte, aber die Torchancen konnten nicht genutzt werden. Das machte der Gast und erhöhte auf 0:5. Am Freitag um 19 Uhr dürfte es beim heimstarken SV Litzelstetten

ebenfalls schwer fallen, den Vorunden-Erfolg zu wiederholen.

Die C-Junioren haben mal wieder gespielt und gegen den SV Orsingen-Nenzingen durch Alex Fischer sogar ein Tor erzielt. Der Klassenunterschied ließ sich nicht verbergen, so stand es am Endstandesgemäß 1:6. Am Samstag um 13 Uhr erwarten sie die SG Uhltingen zu einem weiteren Vorbereitungsspiel.

Die D1-Junioren trafen am Freitag in Konstanz auf einen stark verbesserten Türkischen SV. Leandro Henriques (2) und Paul Engelhardt stellten dennoch vor der Pause auf 0:3. Nach dem Anschlusstreffer erhöhte Engelhardt mit einem Strafstoß auf 1:4, bevor der Gastgeber auf 2:4 verkürzte. Am Samstag um 11 Uhr gastiert der Tabellenführer SC Konstanz-Wollmatingen 2 in Bietingen. Im Vorspiel gab es eine deftige Niederlage, dies sollte zumindest vermieden werden können.

Die D2-Junioren konnten ihre Favoriten-Rolle bei der JFV Singen 4 nicht bestätigen. Zumindest erzielte Oskar Rudi Pecoraro den 1:1-Ausgleich. Am Freitag um 17:30 Uhr sollte auf dem Katzental gegen die SG Überlingen/Ried 2 aber erneut voll gepunktet werden.



**HELDEN HEISSEN NICHT SUPERMAN, SONDERN MAX.**

Max, 10 Jahre  
Der Held, der Lebensfreude hat.

Ein einzelner Moment kann das Leben einer ganzen Familie von heute auf morgen verändern. Nichts ist mehr wie vorher.  
Diagnose: Hirnschädigung

Das Leben danach ist kein Kinderspiel! Die Jugendwerk-Helden und Ihre Familien brauchen uns – dafür brauchen wir Sie.

Werden Sie zum Helden-Unterstützer. Mit Ihrer Spende ermöglichen Sie es, Kindern und Ihren Familien trotz Schicksalsschlägen ein Lächeln zurückzugeben.

Spendenkonto: DE81 6925 0035 0063 6494 23  
Süchwort: Jugendwerk-Helden

**HEGAU HELDEN**  
WIR FÜR DIE JUGENDWERK-HELDEN e.V.



**Beratung, Service, Erfahrung –**

**Hans-Peter Seidler** ist Ihr Partner für den Raum Hegau/Bodensee bei Reithinger Immobilien.

**Tel 07731-9077-0**  
**www.reithinger.de**  
 Immobilien seit 1957

Ihre Immobilie ist ein Unikat - wertvoll und individuell!  
 Wir betreuen Sie und Ihre Immobilie mit Fachkompetenz und Marktkenntnis.

**Unsere langjährige Erfahrung hilft dabei, Ihre persönlichen Wünsche erfolgreich umzusetzen.**



# Josefsmarkt in Tengen

Die Stadt Tengen eröffnet am **Sonntag, den 12. März 2023** - nach drei langen Corona-Jahren - das Marktjahr wieder mit dem traditionellen **Josefsmarkt**.

Auch in diesem Jahr beginnt der **Krämermarkt** bereits in der Marktstraße und führt über die Stadtstraße bis vor die Hinterburg. Es bieten knapp **40 Markthändler**, örtliche Vereine und der Förderverein der Kindertagesstätte St. Vinzenz Tengen wieder attraktive Angebote und kulinarische Genüsse an und freuen sich auf zahlreiche Besucher. Wer etwas einkaufen oder essen möchte, ist hier genau richtig. Der Markt findet **von 10.00 Uhr bis ca. 18.00 Uhr** statt.

Kostenlose Parkplätze stehen auf dem Festplatz zur Verfügung.

**Wir suchen ab sofort**  
 eine zuverlässige Kollegin oder Kollege in Vollzeit als

**Zerspanungsmechanikerin oder Zerspanungsmechaniker**  
 und

**Fertigungshelferin oder Fertigungshelfer**

Sie sind flexibel, körperlich belastbar, selbstständig und teamfähig, dann freuen wir uns auf Ihren Anruf!

**Christiani Produktions GmbH**  
**Zepelinstr. 12 · Gottmadingen**  
**Tel.: 0 77 31/91 23 25 22**

## Dichtungen

Für Fenster & Türen



Der Haus-Ausstatter

Industriestraße 14 - 20  
78224 Singen

www.schelle-singen.de

Satt ist gut. Saatgut ist besser.

brot-fuer-die-welt.de/saatgut



Mitglied der actalliance Würde für den Menschen.

## Wochenmarkt

Jeden Freitag von 7 bis 12.30 Uhr

# gesucht - gefunden

Hier können Sie erfolgreich Ihre Kleinanzeige aufgeben:  
**info@info-kommunal.de · Telefon 0 77 33 / 99 65 94-0**

Antwort auf eine Chiffre-Anzeige per mail oder  
 Brief an Info Kommunal, Jahnstraße 40, 78234 Engen



ZIMMERMANN GRUNDSTÜCKSPFLEGE

**Zimmermann**  
 Grundstückspflege  
 Hilzingen-Binningen

Wir bieten ...

- Mäharbeiten
- Hecke schneiden
- Vertikutieren
- Laubentsorgung

u. v. m.

Jederzeit für Sie da!  
 Falls Fragen oder Anfragen bitte melden Sie sich unter  
 Mobil: 0157/33158425  
 E-Mail: zimmermannsven36@gmail.com

GOTTMADINGEN

:aktuell

## Anzeigenberatung

**Charlotte Benz**

Donastr. 23a,  
78224 Gottmadingen  
Tel. 07731 978016  
charlotte.benz@t-online.de

oder direkt bei

INFO

KOMMUNAL

Jahnstraße 40 · 78234 Engen  
Tel. 07733 996594-0  
Fax 07733 996594-5690  
info@info-kommunal.de

### Vermietungen

**4 Zi. D 78234 Welschingen/EG**  
**KM 850 €, Garage 60 € + NK 200 €, Kau-  
 t.: 2 MM €, 114 m² Wohnfl.** ruhige Lage,  
 Winterga., Kaminofen, gr. Wohnkü.,  
 sep. WC, Keller, Öl-/ZH, ab Juni an  
 NR, **Tel. 07736 924 33 13 ab 17 Uhr**

### Zu verkaufen

**Hochwertiges Porzellan-Service von**  
 Hahn u. Henne, Tassen v. Feinkost  
 Käfer München, unbenutzt, z. verk.  
**Tel. 0171 522 8203**

### Mietgesuche

**Rentnerin (72 J.) sucht freundliche,**  
 ruhige 2-3-Zi.-Whg. in Gottmadingen/  
 Hilzingen/Umgeb., bevorzugt  
 ELW o. kl. WE, in guter Umgebung,  
**Tel. 0771 - 9291 6718**

### Haushaltshilfe

**Suche Haushaltshilfe in Engen**  
 auf 520 €-Basis, 15 €/Std., Küche,  
 Bad, Fußböden u. Bügelwäsche, 1-2  
 mal wöchentl. vormittags. **Tel.**  
**0173 607 21 57**

### Kaufgesuche Grundstücke

**Suche Wiese, Wald, Grünfläche o.**  
 Grundstück, in der Gemeinde Gott-  
 madingen (bevorzugt Randegg) zum  
 Kauf. **Tel. 0152 553 678 53**

Sorgen kann man teilen.



**TelefonSeelsorge**  
 0800/111 0111  
 0800/111 0222  
 www.telefonseelsorge.de  
 Die Deutsche Telekom ist Partner der TelefonSeelsorge.

## Kirchliche Nachrichten

### Katholische Kirche:

#### Gottmadingen

Donnerstag, 09.03. 18:30 Uhr Eucharistiefeier  
19:15 Uhr Eucharistische Anbetung mit sakramentalem Segen

Sonntag, 12.03. 10:30 Uhr Eucharistiefeier als Familiengottesdienst

#### Bietingen

Freitag, 10.03. 18:30 Uhr Eucharistiefeier  
Sonntag, 12.03. 09:00 Uhr Eucharistiefeier

#### Ebringen

Mittwoch, 15.03. 18:30 Uhr Eucharistiefeier

### Evangelische Kirchen:

#### Gottmadingen

Sonntag, 12.03. 10:00 Uhr Gottesdienst

#### Kirche des Nazareners

Sonntag, 12.03. 10:30 Uhr Gottesdienst

#### Freie evangelische Gemeinde

Sonntag, 12.03. 10:30 Uhr Gottesdienst im Parkrestaurant und anschließendem Mittagessen

## Apotheken-Notdienst

vom 9. März bis 16. März

**Do 09.03.** Ratoldus-Apotheke Radolfzell, Schützenstr. 2  
**Fr 10.03.** Central-Apotheke Singen, Hegaustr. 26  
**Sa 11.03.** Höri-Apotheke Öhningen-Wangen, Hauptstr. 53  
Wasmuth-Apotheke Mühlhausen, Schloßstr. 40  
**So 12.03.** Hohentwiel-Apotheke Singen, Hegaustr. 14  
**Mo 13.03.** Hegau-Apotheke Steißlingen, Lange Str. 12  
**Die 14.03.** Deine Apotheke im Kaufland Singen, Georg-Fischer-Str. 15  
**Mi 15.03.** Christophorus Apotheke Engen, Bahnhofstr. 3  
Flora-Apotheke Radolfzell, Brühlstr. 2  
**Do 16.03.** Martinus-Apotheke Singen, Uhlandstr. 48

Veröffentlichungswünsche und  
Terminanfragen bitte an  
[info@info-kommunal.de](mailto:info@info-kommunal.de) oder  
unter Tel. 0 77 33 / 99 65 94-0

## BESTATTUNGEN MAIER

Dorfgärten 3  
78244 Gottmadingen

**Tel.: (07731) 97 67 11**

[www.bestattungen-maier.de](http://www.bestattungen-maier.de)



*Wir sind jederzeit für Sie da!*

## Notruftafel der Gemeinde Gottmadingen



Polizei 110  
Polizeiposten Gottmadingen 07731 1437-0  
nach Dienstschluss Polizeirevier Singen 07731 888-0  
Feuerwehr + Rettungsdienst 112

•••••

Ärztliche Notfalldienste 116117 (ohne Vorwahl)  
nachts, an Wochenenden oder an Feiertagen  
Hegau-Bodensee-Klinikum Singen 07731 89-0  
Virchowstr. 10, 78224 Singen  
Krankentransport 19222 (ohne Vorwahl)  
Vergiftungs-Informations-Zentrale Freiburg 0761 19240

•••••

Störungsannahme Strom und Erdgas 0800 7750007  
Thüga Energienetze GmbH Singen  
Wassermeister tagsüber 07731 908-125  
nach Dienstschluss über 07731 908-0

•••••

Frauen- & Kinderschutz e.V. Singen 07731 31244  
Hilfetelefon »Gewalt gegen Frauen« 08000 116 016  
Telefonseelsorge 0800 1110111 oder  
0800 1110222

•••••

Hospizverein Singen und Hegau e.V. 07731 31138  
Sozialstation Hegau-West e.V. 07731 9704-0  
Dorfhelfer/innen Einsatzleitung 07774 2131424  
Nachbarschaftshilfe Sozialkreis 07731 827268

•••••

Tierrettung LV Südbaden e.V. 0160 5187715  
Radolfzell

## Impressum

**Herausgeber:** Gemeinde Gottmadingen. Verantwortlich für die Nachrichten der Gemeinde und die Amtlichen Bekanntmachungen: Bürgermeister Dr. Michael Klinger oder sein Vertreter im Amt. Verantwortlich für den übrigen Inhalt, die Herstellung, die Verteilung, Abo-Service und den Anzeigenteil:

**Info Kommunal** Verlags-GmbH  
Jahnstraße 40, 78234 Engen,  
Tel. 0 77 33 99 65 94-56 60,  
Fax 0 77 33 99 65 94-56 90,  
E-Mail: [info@info-kommunal.de](mailto:info@info-kommunal.de)  
Geschäftsführer: Tobias Gräser

### Redakteur:

Mike Durlacher, Tel. 0151 54 40 86 12  
E-Mail: [mike.durlacher@info-kommunal.de](mailto:mike.durlacher@info-kommunal.de)

### Anzeigenberatung:

Charlotte Benz, Donaust. 23a, 78244 Gottmadingen  
Tel. 0 77 31 97 80 16  
Fax 0 77 31 97 80 18 oder direkt bei Info Kommunal

**Druck:** Druckerei Konstanz GmbH

### Kein Amtsblatt erhalten?

Tel. 0 75 31 / 99 94 44 4 (Ortstarif)

auch im Notfall sind wir für Sie da!



**Heizung Bäder Service**

## KERSCHBAUMER

Es gibt sensationelle staatl. Förderungen bei Heizungs-Sanierungen!  
Weiter ist bis Ende 2023 ein Gas-/Ölheizungstausch noch ohne die zusätzlich geplanten gesetzlichen Restriktionen möglich.  
Rufen Sie an, wir informieren Sie gerne!

Engen 07733-505-870 [www.kerschbaumer.de](http://www.kerschbaumer.de)



## Heizungsbau • Badsanierung

Meisterbetrieb

### Alfred Ruh GmbH

Heizungen • Sanitär • Solar  
Gottmadingen  
Heilsbergweg 3  
Telefon 0 77 31 / 7 11 27  
Fax 0 77 31 / 7 39 67  
[www.ruh-shk-gottmadingen.de](http://www.ruh-shk-gottmadingen.de)




## GWG IMMOBILIEN

Ihr Makler vor Ort! Maklerkosten, die sich rentieren!

**78250 Tengen-Blumenfeld**  
Baugrundstück, Baulücke, kein Bauzwang,  
1.460 m², § 34 bebaubar € 170.000,-

**78234 Engen: Doppelhaus mit Grundstück**  
511 m² Grdst., 124 m² Wfl. + 81 m² Reserve,  
2 Garagen, Öl, Bj. 1926, EnEv folgt € 299.000,-

**78244 Gottmadingen: diverse Lagerflächen**

90 m² – Erdgeschoss	KM € 630,-
70 m² – Erdgeschoss	KM € 490,-
40 m² – Erdgeschoss	KM € 290,-
16 m² – Erdgeschoss	KM € 130,-

200 m² – Obergeschoss – teilbar  
EnEV – Verbr. Gas, 90,2 kWh(m²a), Bj. 1991

Andrea Helmbrecht | GWG Immobilien | 78247 Hilzingen | Am Eglental 29  
Telefon: 077 31/86 52 13 | 01 71/474 56 86 | [andrea.helmbrecht@gmx.de](mailto:andrea.helmbrecht@gmx.de)



## 20. März



**SONNE NUTZEN – KLIMA SCHÜTZEN!**

### Rolladen- und Sonnenschutztag

**30 KELLHOFER**  
Sonnenschutz – Rolläden – Fenster

Werner-von-Siemens-Str. 20a  
78239 Rielasingen  
Fon: 077 31/79 95 30  
[info@kellhofer.de](mailto:info@kellhofer.de)  
[www.kellhofer.de](http://www.kellhofer.de)

### Albert Ehinger

Alle Arbeiten, die ich darf und kann  
Kirchstr. 5, Gottmadingen  
Tel. 0 77 31/7 17 26

#### Fachbetrieb

- Malerarbeiten, Gipserarbeiten, Bodenlegearbeiten
- Wohnungsauffösungen + Entrümpelungen
- Gartenarbeiten + Bäume fällen
- Bausanierung

**KREATIVMARKT im Hegau**  
Samstag, 25.03.2023  
von 11.00 bis 17.00 Uhr  
Mägdeberghalle Mühlhausen  
Schloßstraße 53  
78259 Mühlhausen-Ehingen

Kreative Köpfe aus der Region präsentieren Ihre hochwertigen Produkte für Groß und Klein. Mit Kreativangeboten für Kinder sowie Kaffee und Kuchen. Eintritt frei.

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



☎ 07741- 965858  
[www.reha-lift.com](http://www.reha-lift.com)

denn Bewegungsfreiheit ist Lebensqualität!

**DER SERVICE & VERKAUF VOM PROFI AUS IHRER REGION!**




Gestalten Sie Ihre Zukunft und werden Sie Teil unseres Teams!

**Wir suchen ab sofort am Standort Welschingen u.a.:**



- Produktionsmitarbeiter (m/w/d)
- IT Infrastruktur Manager (m/w/d)
- Prozessingenieur (m/w/d)
- Technischer Konstrukteur (m/w/d)
- Maschinenkonstrukteur (m/w/d)
- Leiter Finanzen und Controlling (m/w/d)
- Einkäufer (m/w/d)

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung:  
[career-emea@standexelectronics.com](mailto:career-emea@standexelectronics.com)

StandexMeder Electronics GmbH  
Friedrich-List-Straße 15  
78234 Engen-Welschingen



[standexelectronics.com/de/karriere/](http://standexelectronics.com/de/karriere/)

Servus, Grüezi und hallo ruft's von der Härdtle Alm



**Frühjahrssaison 2022**  
**19. März bis 01. Mai**

[www.haerdtle-alm.de](http://www.haerdtle-alm.de)

**BIK-SERVICE LUTZ**

INDUSTRIESTRAßE 15  
78224 SINGEN  
T. 07731.796.50.80

DIE FREIE RADWERKSTATT IN SINGEN

BEI UNS WIRD SERVICE GANZ GUT GESCHRIEBEN.

HOL & BRING-SERVICE IM STADTGEBIET ENGEN GRATIS

FOLLOW US.





**Richter & Nickel**  
SCHORNSTEINTECHNIK

Kaminsanierungen aller Art  
Edelstahlschornsteine • Kaminaufmauerungen  
Breiter Wasmen 17 • 78247 Hilzingen  
Tel. 0 77 31 / 8 68 20 • Fax 0 77 31 / 86 82 99



Fliegen- und Schnakengitter liefert und montiert:

**Friedbert Blersch e.K.**  
Carl-Benz-Str. 15 • 88471 Laupheim-Obersulmtingen  
Telefon (07392) 9660-0 • Fax (07392) 966029  
[www.blersch-insektenschutz.de](http://www.blersch-insektenschutz.de)  
E-Mail: [Info@blersch-insektenschutz.de](mailto:Info@blersch-insektenschutz.de)

Denken Sie schon jetzt daran wie eine Schlange stechen kann! gut und günstig

Meggi Weiss *Lebenskunst* [www.meggi-weiss.de](http://www.meggi-weiss.de)  
mobil 0151/11 15 28 48

Psychologische Begleitung für Einzelpersonen, Paare & Familien



**SABO**

» Winterinspektion. Jetzt hat mein SABO Zeit! «



**Brachat & Schönle KG**  
» Land- und Gartentechnik «

Gewerbestraße 20 - 78244 Gottmadingen  
Tel: 07731 - 92 66 90 Mail: [info@brachat-schoenle.de](mailto:info@brachat-schoenle.de)



**HAUSTECHNIK**  
SANITÄR HEIZUNG SOLAR

**RUH**  
Profi-Tipp:

## UNENDLICH WÄRME!

Heizkosten senken und das mit erneuerbaren Energien? Als zertifizierter Paradigma-Partner in Ihrer Region haben wir die passenden Lösungen für Ihr Zuhause.

[www.paradigma.de](http://www.paradigma.de)



Ökologisch. Konsequent. Heizen.

Hilzinger Straße 12 • 78244 Gottmadingen • Tel. 07731-9711-0  
[www.ruh-haustechnik.de](http://www.ruh-haustechnik.de)

Planung, Beratung  
Ausführung, Installation  
Instandhaltung, Kundendienst  
SAT-Anlagen, Rauchmelder

Tel. 077 31/79 95 35  
[www.springmann-elektro.de](http://www.springmann-elektro.de)



Meisterbetrieb  
**SPRINGMANN**  
Elektroinstallationen




**Bio & Landmetzgerei Rimmele**  
Produktion • Catering • Imbiss

Metzgerei Gebr. Rimmele (ehem. Metzgerei Knoll)  
Kirchstr. 1, Gottmadingen  
Tel. 07731/7 1653

**Beste regionale Qualität – guter Preis**

Hackfleisch gem. kg € 8.99  
Schw. Braten von der Hüfte kg € 11.99  
zarte Kalbsschnitzel a. d. K. 100 g € 2.99  
Fleischsalat eig. Herst. 100 g € 1.09  
Aufschnitt 5 fach sortiert 100 g € 1.59

**Donnerstag frische Blut- und Leberwürste**  
**Dienstagstüte: 4 Würste kaufen 5. gratis dazu!**