

MITTEILUNGSBLATT

der Gemeinden Wehingen, Reichenbach a.H., Egesheim



Nr. 45 • Donnerstag, 09. November 2023

Diese Ausgabe erscheint auch online

JAHRES KONZERT

JUGENDKAPPELE DEILINGEN-WEHINGEN
STÄDTMUSIK TROSSINGEN

**Musikverein Wehingen
Jahreskonzert**



Einladung Martinsumzug



ADVENTSBRUNCH

im Sportheim
Reichenbach

Sonntag, den 03.12.2023

FC Reichenbach
Adventsbrunch

Herbstkonzert 2023



Musikverein Egesheim
Herbstkonzert

18.
Nov.

Großbritannien

Herzliche Einladung



Foto: Gemeinde Wehingen

Wehinger Wintermarkt

am
**Samstag, den
11. November 2023
ab 08:30 Uhr im Ortskern**

Der traditionelle Wehinger Wintermarkt ist ein besonderes Ereignis; wer einmal hier war, kommt immer wieder.

Zahlreiche Marktbesucher, der örtliche Einzelhandel und die Vereine präsentieren ihre Angebote und freuen sich auf Ihren Besuch.

Ihr

Gerhard Reichegger
Bürgermeister

Wichtige Rufnummern

Notfalldienst der Ärzte

Rettungsdienst 112
Allgemeiner Notfalldienst 116 117

Notfallpraxis:

In der Kreisklinik Tuttlingen und in der Helios Klinik Rottweil gibt es eine Notfallpraxis für alle nicht lebensbedrohlichen medizinischen Notfälle. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Öffnungszeiten Notfallpraxis Tuttlingen:

werktags von 18 bis 22 Uhr und
 am Samstag, Sonn- und Feiertag von 8 bis 22 Uhr.

Öffnungszeiten Notfallpraxis Rottweil:

An Samstagen, Sonntagen und Feiertagen jeweils
 von 9.00 - 13.00 Uhr und von 15.00 Uhr - 19.00 Uhr.
 In diesen Zeiten ist immer ein Arzt anwesend.

Apotheken

Samstag, 11.11.2023:

Lemberg-Apotheke, 78559 Gosheim
 Hauptstr. 49, Tel.: 07426 - 14 47

Sonntag, 12.11.2023:

Schneider's Apotheke im Markt, 78628 Rottweil
 Saline 5, Tel.: 0741 - 2 80 06 51

Nachtdienst der Apotheken:

Montag, 13.11.2023:

Marktplatz-Apotheke, 78549 Spaichingen
 Hauptstr. 121, Tel.: 07424 - 22 87

Dienstag, 14.11.2023:

Dr. Sailers Königs-Apotheke, 78628 Rottweil
 Königstr. 19, Tel.: 0741 - 2 09 66 47 30

Mittwoch, 15.11.2023:

Schiller-Apotheke, 78554 Aldingen
 Hauptstr. 21, Tel.: 07424 - 8 40 81

Donnerstag, 16.11.2023:

Untere Apotheke, 78628 Rottweil
 Hochbrücktorstr. 2, Tel.: 0741 - 77 75

Freitag, 17.11.2023:

Apotheke im Alten Milchwerk, 78628 Rottweil
 Heerstr. 42, Tel.: 0741 - 17 48 89 90

Tierarzt

Samstag/Sonntag, 11./12.11.2023

Dr. Mattes, Robert-Koch-Str. 19, Spaichingen,
 Tel. 07424 9607670

Wichtige Rufnummern:

Polizeiposten Wehingen Tel. 07426 1240
 Polizeirevier Spaichingen Tel. 07424 93180
 Gemeindeverwaltung Wehingen Tel. 07426 9470-0
 Fax: 07426 9470-20
 E-Mail: info@wehingen.de

Notruf DRK (Rettungsdienst)

Hospizgruppe Heuberg 112
 0171 1413876
 Gift-Notruf 0761 19240

Notruf Feuerwehr

112

Notruf Polizei

110
 07461 2066

Schornsteinfeger:

Viktor Schnaidmiller, Am Graben 10,
 72393 Burladingen, Telefon: 0151/10422050,
 E-Mail: vs.schornsteinfeger@gmail.com

Schlossbergschule - Grundschule

Wehingen und Werkrealschule Heuberg

E-Mail: schlossbergschule@wehingen.de

Tel. 07426 2226, Fax 07426 51271

Sprechzeiten: Mo., Di., Mi., Do., Fr. von 8.30 bis 11.00 Uhr
 Schulsozialarbeiter Ingo Brehm ist immer zu erreichen unter Handy-Nummer 0174 1742252.



Amtliche Nachrichten

Sprechstunden des Bürgermeisters

Hierzu vereinbaren Sie bitte einen Termin
 unter der Telefonnummer: 07426/94700.



Fotos: Gemeinde Wehingen

Dienststunden auf dem Rathaus

Die Dienststunden auf dem Rathaus sind am:
 Montag bis Freitag von 09.00 Uhr – 11.30 Uhr
 Montagnachmittag von 14.00 Uhr – 17.00 Uhr
 Donnerstagnachmittag von 14.00 Uhr – 18.00 Uhr

Am Mittwoch, dem 15.11.2023 sind das Standesamt, Einwohnermelde- und Passamt nicht besetzt.

Am Mittwoch, dem 29.11.2023 sind das Rathaus und der Bauhof wegen einer Fortbildungsveranstaltung geschlossen.

Wir bitten um Beachtung.

IMPRESSUM

Herausgeber:

Gemeindeverwaltung Wehingen,
 Reichenbach a.H. und Egesheim

Druck und Verlag: Nussbaum Medien
 Rottweil GmbH & Co. KG,
 Opelstraße 29, 68789 St. Leon-Rot,
www.nussbaum-medien.de

Verantwortlich für den amtlichen Teil, alle sonstigen Verlautbarungen und Mitteilungen: Bürgermeister
 Gerhard Reichegger, Gosheimer
 Straße 14 – 18, 78564 Wehingen,

Bürgermeister Hans Marquardt,
 Kirchstraße 8, 78564 Reichenbach
 am Heuberg, Bürgermeister Hans
 Marquardt, Hauptstraße 10, 78592
 Egesheim, oder sein/e Vertreter/in
 im Amt.

Verantwortlich für „Was sonst noch interessiert“ und den Anzeigenteil:
 Klaus Nussbaum, Opelstraße 29,
 68789 St. Leon-Rot

INFORMATIONEN

Vertrieb (Abonnement und Zustellung): G.S. Vertriebs GmbH,
 Josef-Beyerle-Str. 2,
 71263 Weil der Stadt,

Tel. 07033 6924-0,
info@gsvertrieb.de
www.gsvertrieb.de

Anzeigenverkauf:
rottweil@nussbaum-medien.de



NACHRUF

In Dankbarkeit und tiefer Trauer nehmen wir Abschied von

Herrn Friedrich Zirn

Vom 01. September 1980 bis 20. November 1989 hat sich der Verstorbene als Gemeinderat in der Gemeinde Wehingen ehrenamtlich engagiert. In dieser Zeit war er Mitglied in der Verbandsversammlung des Nachbarschaftsschulverbandes Realschule und Progymnasium Gosheim-Wehingen. Daneben war er von 1990 bis 2000 Vorsitzender des Partnerschaftskomitees Wehingen – St. Berthevin.

Der Verstorbene hat sich durch sein vielseitiges ehrenamtliches Engagement um unsere Gemeinde und die örtlichen Vereine große Verdienste erworben.

Wir gedenken seiner in Hochachtung und trauern mit seiner Familie.

Für die Bürgerschaft, den Gemeinderat und die Gemeindeverwaltung

Gerhard Reichegger
Bürgermeister

Auszüge aus dem Gemeinderatsprotokoll

02. November 1858

Durch die in den Jahren 1853/55 erfolgte Anlegung eines neuen Güterbuches in hiesiger Gemeinde ist auch eine **Richtigstellung und Ergänzung der hiesigen Pfandbücher** (18 starke Bände) notwendig geworden, indem sich sowohl bei den täglich vorkommenden Geschäften sehr viele Anstände auch Verstöße ergeben haben, die durch die vor einigen Jahren in hiesiger Gemeinde ausgebrochene Gantungen und im Gefolge habenden Liegenschaftsverkäufe nicht unbedeutend vermehrt wurden. Diesen Stand des hiesigen Unterpfandswesens veranlasste denn auch das Königl. Oberamtsgericht Spaichingen, den Gemeinderat zur Erledigung bzw. Ergänzung desselben aufzufordern, und es hat der Gemeinderat die Notwendigkeit einer durchgreifenden Bereinigung und Richtigstellung des Pfandwesens ... umso mehr anerkannt, als auf letzterem die Sicherheit der Gläubiger und auf einer geordneten Führung desselben - die nun durch eine das Ganze umfassende Revision ermöglicht wird - die Sicherheit der Mitglieder der Unterpfandsbehörde und der Schuldner beruht.

9. September 1888

Bei Beratung des Gemeindegats per 1888/89 wird Folgendes verhandelt:

Der **Etatsentwurf** weist ein Defizit von 5 455 M 34 & aus, welches durch Gemeindegatsumlage in diesem Betrag zu decken wäre.

In Anbetracht der derzeitigen Verhältnisse der hiesigen Gemeinde-Einnahmen, insbesondere des Futtermangels im Frühjahr 1888 und das Ergebnis der heurigen Heuernte sowie der bedeutende Ausfall der Kornernte und der Ertragnisse des diesjährigen Brachösches an Futterkräutern macht es den hiesigen Einwohnern beinahe unmöglich, eine Gemeindegatsumlage in diesem Betrag zu erschwingen, da viele der hiesigen Bürger des oben angegebenen Futtermangels wegen durch ihren kleinen Verdienst kaum den Bedarf an Futter, Esskrüchten etc. aufzubringen imstande sind. Es wird in Anbetracht dieser Umstände von den bürgerlichen Kollegien in Erwägung gezogen und einstimmig beschlossen:

1. das Defizit auf folgende Weise zu decken:

- durch den Reserve-Überschuss nach der Rechnung v. 1886/87

- durch Verwendung von disponiblen Vermögen im Betrag von 920 M 43 & 3 374 M 74 & mit 534 M 90 &
 - durch eine Gemeindegatsumlage 4 000 M 00 & 5 455 M 34 &
2. diesen Beschluß dem königl. Oberamt mit der Bitte zur Genehmigung.
(M = Mark, & = Pfennig)

10. August 1893

Wasserversorgung

Es wurde der Kostenvoranschlag über die Herstellung einer neuen Quellwasserversorgung mit rationeller Quelfassung, Hochreservoir, Anlage öffentlicher Brunnen und Hydranten ausgearbeitet, dem Staatstechniker Baurat Ehmann zur Kenntnis vorgelegt.

Die Messungen der Thannquelle in letzter Zeit ergab 0,4 l/sec; es ist Zweifel an ausreichender Deckung des täglichen Bedarfs entstanden, nun soll dieses Bedürfnis gehoben werden durch die Ziehung der Weißbrunnenbach-Quelle, die derzeit noch 0,6 l/sec liefert, beide zusammen also 1 l/sec, so dass bei trockener Zeit 80 l pro Kopf gerechnet werden dürfte.

Beschlossen:

- Weißbrunnenbach-Quelle zu fassen, Brunnenstube anlegen, die Rohrleitung in Eisen so anzulegen, dass im Falle der Fortsetzung die Thannquelle ohne Schwierigkeiten angeschlossen werden kann.
- vorläufig von der Fassung der Thannquelle abzusehen, bis sich ein weiteres Bedürfnis an Wasserbedarf zeige.

Abfallbeseitigung

Papiertonne	10. November 2023
Windeltonne	10. November 2023
Biotonne	17. November 2023
Restmülltonne:	24. November 2023
Werttonne:	06. Dezember 2023

Öffnungszeiten des Wertstoffhofes

Dienstag in der Zeit	von 15.00 Uhr – 18.00 Uhr
Samstag in der Zeit	von 09.00 Uhr – 12.00 Uhr

Freundlicher Gruß

Gerhard Reichegger, Bürgermeister

Jugendreferat Wehingen



Jugendraum Wehingen im Hallerareal

ÖFFNUNGSZEITEN Stand Januar 2023

MONTAGS: 16:30 - 19:00 Uhr

MITTWOCHS: 14:30 - 19:00 Uhr

FREITAGS: 14:00 - 20:00 Uhr

Der JuRa befindet sich gegenüber der Kreuzstraße 5 im Hallerareal Wehingen.

Du hast Fragen?

Adde uns auf Instagram oder Facebook:

„Jugendreferat Heuberg“

Gerne sind wir auch über WhatsApp für Euch erreichbar!

Liebe Grüße und bis bald,

Gunther Roth (Tel.: 0173 9840420)

Jamina Jauch (Tel.: 0173 9840464)

Jugendreferat Heuberg

Jahrgänge

Jahrgang 1958 in Wehingen

Jahrgang 1958 - Stammtisch

Wir treffen uns zu unserem nächsten Jahrgangsstammtisch am **Mittwoch, 15.11.2023 um 19:00 Uhr im Sportheim in Wehingen.**

Bei diesem Stammtisch wollen wir auch den 66er-Ausflug im nächsten Jahr bereden. Vorschläge, wohin der Ausflug gehen soll, können gerne mitgebracht werden.

Öffentliche Bücherei im Bildungszentrum Gosheim-Wehingen

Töchter der Insel

Von 1859 bis 1863, von Irland nach Australien. Die Schicksale einiger Frauen werden so erzählt, dass man sich regelrecht in Australien wieder findet und direkt am Geschehen teilnimmt. Im Leben, in der Landschaft, eine Trilogie im Stil der Anna Jacobs.

Die Bücherei ist immer dienstags von 15.30 bis 18.00 Uhr geöffnet. Im Gebäude der Realschule Gosheim Wehingen.

Die Leiterin Veronika Catone

Vereinsmitteilungen



Freiwillige Feuerwehr Wehingen

Hauptversammlung

Die ordentliche Hauptversammlung der Freiwilligen Feuerwehr Wehingen findet am Samstag, den 18.11.2023 um 19:00 Uhr im Schulungsraum der Rettungswache Wehingen statt. Die Tagesordnung wurde wie folgt festgelegt:

1. Begrüßung
2. Totenehrung
3. Bericht des Kommandanten
4. Bericht des Schriftführers
5. Bericht des Kassiers
6. Bericht der Jugendfeuerwehr / Kinderfeuerwehr
7. Bericht der Altersabteilung
8. Bericht der Kassenprüfer / Entlastungen
9. Beförderungen / Ehrungen
10. Sonstiges

gez.

Kommandant

Martin Sayer

Kulturverein Wehingen e.V.



Der Kulturverein Wehingen präsentiert:

EURE MÜTTER - Comedy-Show

„Fisch fromm Frisör“

Am Sonntag, 3. Dezember 2023 in der Schlossberghalle Wehingen

Seit über 20 Jahren touren Andi Kraus, Don Svezia und Matze Weinmann kreuz und quer durch die Republik und haben dabei so manchen Kleinkunsttempel in seinen Grundfesten erschüttert.

Mit ihrem achten Programm begeistern EURE MÜTTER wieder ihr Publikum durch den einzigartigen Mix aus lustigen Songs, skurrilen Sketchen und absurden Performances, für die man einfach Spezialisten wie die drei Männer in ihren schwarzen Klamotten braucht.

„Fisch fromm Frisör“ ist eine unglaublich abwechslungsreiche Show, randvoll mit präzise gebastelten Darbietungen und treffsicheren Pointen. Kein Thema ist dem Trio fremd, sämtliche Phänomene des täglichen Lebens werden hier ei-

nen Abend lang kunstvoll aufgebockt.



Foto: Eure Mütter

Ihr YouTube-Kanal hat mittlerweile über 88.000 Abonnenten und über 60 Mio. Views und wer die drei aus dem Internet kennt, weiß: Die sind echt lustig. Aber nur wer sie live erlebt, spürt tatsächlich, was für ein mitreißendes Ereignis eine EURE MÜTTER-Bühnenshow ist.

„Fisch fromm Frisör“ bietet zwei Stunden nie zuvor gesehener Comedy – frisch gewaschen, ausgenommen und eingedreht. Ein berühmter Kritiker verglich die drei Komiker vor kurzem mit einer guten Flasche Rotwein. Nicht etwa, weil sie mit zunehmendem Alter immer besser werden, sondern weil er es schade fände, wenn man sie einfach achtlos in einen Topf Gulasch kippt.

EURE MÜTTER – Comedy, die auch in den Ecken putzt. Schlossberghalle Wehingen

Vorverkaufspreis: 28,00 €

Abendkasse: 30,00 €

Freie Platzwahl

Saalöffnung: 19:00 Uhr/Beginn: 20.00 Uhr

Tickets unter www.schlossberghalle-wehingen.de zum selber Ausdrucken oder im Rathaus Wehingen (Kulturamt) erhältlich.

Kulturverein Wehingen e.V.



Musikverein Wehingen 1839 e.V.

Wintermarkt

Am 11.11.23 findet wieder der traditionelle Wintermarkt in der Ortsmitte statt. Die Jugendlichen des Musikverein Wehingen beteiligen sich ebenfalls mit einem Stand. Es werden leckere Waffeln, Punsch und Glühwein zum Verkauf angeboten. Über einen regen Besuch an unserem Stand würden wir uns freuen.

Der Erlös kommt der Jugendkasse zugute.

Jahreskonzert am 25. November 2023

Am Samstag, 25.11.2023, 20:00 Uhr findet in der Wehinger Schlossberghalle das Jahreskonzert des Musikvereins Wehingen statt. Als Gastkapelle konnten wir die Stadtmusik Trossingen für uns gewinnen.

Den musikalischen Reigen eröffnet die Jugendkapelle Deilingen-Wehingen. Den 2. Teil des Konzerts wird die Stadtmusik Trossingen unter der Leitung von Oliver Helbich übernehmen.

Anschließend wird Sie der Musikverein Wehingen musikalisch verwöhnen. Zu diesem Konzertabend laden wir die gesamte Bevölkerung und alle Freunde der Blasmusik recht herzlich ein. Unser Dirigent Karl-Heinz Dreher hat für Sie ein interessantes und abwechslungsreiches Programm zusammengestellt, sodass jeder auf seine Kosten kommen wird. Wie in gewohnter Weise wird dieses Konzert bewirtet sein.

Bernd Moosbrucker

Schriftführer

JAHRES KONZERT

JUGENDKAPELLE DEILINGEN-WEHINGEN
STADTMUSIK TROSSINGEN
MUSIKVEREIN WEHINGEN



Einlass: 19:00 Uhr
Beginn: 20:00 Uhr

25. NOVEMBER 2023

SCHLOSSBERGHALLE WEHINGEN

Plakat: MVW

Partnerschaftskomitee Wehingen - St. Berthevin



Nachruf

Das Partnerschaftskomitee Wehingen – St. Berthevin trauert um seinen ehemaligen Vorsitzenden

Friedrich Zirn

der im Alter von 76 Jahren verstorben ist. Friedrich Zirn war langjähriges Mitglied des Partnerschaftskomitees, davon mehr als 10 Jahre Vorsitzender des Vereins. Als Französischlehrer am Progymnasium Gosheim-Wehingen war er im Jahre 1974 maßgeblich an der Ausgestaltung des deutsch-französischen Schüleraustauschs beteiligt. Bis ins Jahr 2002 wurden insgesamt 34 Begegnungen organisiert. In Würdigung seiner Verdienste um die deutsch-französische Partnerschaft und den Schüleraustausch erhielt Friedrich Zirn 1994 die Landesehrennadel. In St. Berthevin wurden seine Bemühungen mit der Aufnahme in die Bruderschaft „Bolée de Concise“ honoriert.

Wir werden sein Andenken in Ehren halten. Unser Mitgefühl und unsere Anteilnahme gehört Ehefrau Betty und den Töchtern mit Angehörigen.

Für das Partnerschaftskomitee Wehingen – St. Berthevin
Thomas Dietmann, Vorsitzender

Schützenverein Wehingen e.V. 1957



Trainingszeiten:

Mittwoch + Freitag 19:00 bis 20:45 Uhr
Sonntag 09:00 bis 11:45 Uhr
Wir bitten um Kenntnisnahme

Senioren-gemeinschaft Wehingen



Spielesachmittag im Sportheim

Zum nächsten Spielesachmittag am **Dienstag, 14. November 2023** laden wir alle Seniorinnen und Senioren herzlich ein. Ab **14.00 Uhr** gibt es im Sportheim wieder Binokel, Kniffel, Canasta, Mensch ärgere dich nicht und vieles mehr. Natürlich können auch gerne eigene Spiele mitgebracht werden. Wer nur etwas Gesellschaft sucht und dazu einen Kaffee und leckeren Kuchen möchte, ist ebenfalls gerne willkommen.

Wintermarkt Wehingen - wir sind dabei

Zusammen mit dem VdK Ortsverband Wehingen sind wir auch dieses Jahr auf dem Wintermarkt vertreten. Ab 9:00 Uhr finden Sie uns an gewohnter Stelle im Hof der Raumausstattung Hubert Hafen. Neben Kesselwürsten gibt es Kaffee und leckere, selbst gebackene Kuchen. Gegen den Durst bieten wir Glühwein und kalte Getränke und ein gutes Schnäpsle an. Schauen Sie bei uns vorbei. Wir freuen uns über viele Besucher.



TTC Wehingen

Vorschau:

- Samstag, 11.11.2023, um 16:00 Uhr in Aldingen
Herren Kreisliga B2: TV Aldingen III - TT Heuberg (SG) II
- Samstag, 11.11.23, um 20:00 Uhr in Deißlingen
Herren Bezirksklasse: SG Deißlingen - TT Heuberg (SG)
- Montag, 13.11.23, um 20:00 Uhr in Dunningen
Herren Kreisklasse Gr. 2:
Schmetterball Dunningen - TT Heuberg (SG) III
- Mittwoch, 15.11.23, um 19:30 Uhr in Wehingen
Bezirkspokal Herren D:
TT Heuberg (SG) III - TTC Rottweil IV
- Donnerstag, 16.11.23, um 19:00 Uhr in Liptingen
Bezirkspokal Herren D:
SV Liptingen III - TT Heuberg (SG) II

Ulrich Schönfeld
Pressewart



Turnverein Wehingen 1891 e.V.



Abt. Karate

Das kleine Karate ABC: A wie Atemtechniken

Atemtechniken im Karate: Die Bedeutung der Atmung für Kraft und Kontrolle

„Chikara no kyojaku, Karatda no shinshuku, Waza no kankyu wo wasaruna“ - „Hart und weich, Spannung und Entspannung, langsam und schnell – alles in Verbindung mit der richtigen Atmung“ (Gichin Funakoshi)



Karate ist eine alte, traditionsreiche Kampfkunst, die nicht nur körperliche Kondition und Kampffähigkeiten entwickelt, sondern auch geistige Stärke und Konzentration fördert. Eine der Schlüsselkomponenten, die Karateka (Karate-Schüler) auf ihrem Weg zur Meisterschaft beherrschen müssen, sind die Atemtechniken. Denn inmitten all der raffinierten Techniken, beeindruckender Geschicklichkeit und tiefem Fokus, die die Welt des Karate prägen, spielt die Atmung, die oft nicht gesehen oder unterschätzt wird. Die Atmung im Karate sind mehr als nur automatische Kör-

perfunktion – sie ist ein Schlüssel zur Verbesserung von Kraft, Kontrolle und mentaler Ausdauer. Die richtige Atemtechnik ist entscheidend, um maximale Kraft und Energie in den Schlägen und Bewegungen zu entwickeln, die Bewegungen zu synchronisieren und den Geist zu fokussieren.

Die mentale Komponente der Atemtechniken ist ebenso wichtig. Die bewusste Atmung hilft, den Geist zu beruhigen, die Konzentration zu verbessern und die Nervosität z. B. vor einem Wettkampf, einer Prüfung oder in einer Selbstverteidigungssituation, in der klare Gedanken und schnelle Reaktionen erforderlich sind, zu minimieren. Die Fähigkeit, tief und gleichmäßig zu atmen, fördert die innere Stabilität und lässt den Karateka präzise und effiziente Techniken ausführen.

Die Grundlagen der Atemtechnik im Karate

Die Bedeutung der Atmung im Karate geht weit über das einfache Ein- und Ausatmen hinaus. Karateka nutzen spezifische Atemmuster, um ihre Bewegungen zu synchronisieren, Energie zu kanalisieren und die Effektivität ihrer Techniken zu maximieren.

Die Atemtechniken im Karate können in zwei Hauptkategorien unterteilt werden: die Einatmung (Kokyu) und die Ausatmung (Kiai). Diese beiden Elemente sind miteinander verbunden und werden in nahezu jeder Bewegung und jedem Schlag im Karate verwendet.

Einatmung (Kokyu)

Die Einatmung im Karate ist leise, tief und kontrolliert. Sie dient dazu, den Körper mit Sauerstoff zu versorgen und Energie für die bevorstehenden Bewegungen zu sammeln. Eine tiefe Einatmung erweitert das Zwerchfell und senkt den Schwerpunkt des Körpers – Element Erde – was zu einer verbesserten Stabilität führt. Dies ist besonders wichtig, wenn man Techniken mit dem ganzen Körper ausführt.

Karateka atmen normalerweise durch die Nase ein, um die Luft zu filtern und anzufeuchten. Beim Einatmen sollte der Atem langsam und gleichmäßig fließen, ohne Anstrengung oder Spannung. Dies ermöglicht es dem Körper, sich zu entspannen und die Energie zu sammeln, die für die Ausführung von Schlägen und Bewegungen benötigt wird.

Durch die tiefe Bauchatmung, die eng mit dem **Hara*** verbunden ist, erhält man kraftvolle Energie, die in die Technik umgeleitet werden kann. Es ist dabei nicht das Ziel, im Zuge der Atmung einen „ausgewölbten“ Bauch zu formen, vielmehr drückt die gleichzeitig angespannte Bauchmuskulatur den entstehenden inneren Druck wieder nach oben.

Über den festen Rumpf kann man z. B. Angriffstechniken gegen den eingenommenen Stand drücken, sodass die eingesetzte Kraft in hohem Maße auf das Ziel wirken kann und sich in ihrer Wirkung nicht im Rumpf verliert.

*Hara – Schwerpunkt und Mitte zugleich

Anatomisch betrachtet ist das Hara der Schwerpunkt des Menschen. Es befindet sich zwei Finger unterhalb des Bauchnabels, zwischen Bauchdecke und Wirbelsäule. In der asiatischen Kultur gilt das Hara auch als Energiezentrum und Wesensmitte.

Im Karate soll die Bewegung / die Technik aus dem Hara kommen, dort ihren Anfang finden. Das Gleichgewicht soll bei jeder Technik gewahrt werden und die Energie, der Vor-schub aus dem Hara zur Technik umgeleitet werden. Setzt man nun die Muskulatur bewusst ein, lässt sich das Gewichtsverhältnis zwischen oberer und unterer Körperhälfte variieren.

Verschiedene Karate-Stile betonen unterschiedliche Aspekte der Atemtechniken. Laut traditionellem Okinawa-Karate, die auch besonderen Wert auf das „Hara“ legt, soll das Atmen aus dem Hara heraus die Energie im Körper zentrieren und die Stärke der Techniken steigern.

Ausatmung (Kiai)

Die Ausatmung im Karate ist genauso wichtig wie die Einatmung. Sie erfolgt oft mit einem laut ausgesprochenen Kiai, einem kraftvollen Schrei. Der Kiai hat mehrere Zwecke: Er dient der Entladung der aufgestauten Energie, der Fokussierung des Geistes und der Kommunikation mit dem Gegner. Der Kiai kann auch zur Abschreckung und Verunsicherung des Gegners eingesetzt werden.

Die Ausatmung erfolgt in der Regel durch den Mund und

sollte während der Schläge und Bewegungen kontrolliert und kraftvoll sein. Ein effektiver Kiai kann die Wirkung eines Schlags verstärken. Er hilft dem Karateka selbst seine Kräfte zu bündeln, indem er Selbstvertrauen und Entschlossenheit ausstrahlt.

Die Synchronisierung von Atem und Bewegung

Die wahre Kunst des Karate besteht darin, die Atemtechniken nahtlos mit den Bewegungen zu synchronisieren. Dies erfordert Übung, Geduld und Konzentration. Wenn die Ein- und Ausatmung mit den Bewegungen in Einklang gebracht werden, kann der Karateka maximale Kraft und Geschwindigkeit entwickeln. Darüber hinaus hilft die richtige Atemtechnik dabei, die Ausdauer zu steigern und die Ermüdung zu reduzieren.

Die Atemtechniken im Karate unterstützt die geistige Stärke, damit Karateka sich im Hier und Jetzt konzentrieren kann.

Atemtechniken im Karate sind nicht nur während des Trainings oder Wettkampfs wichtig, sondern auch im Alltag. Die bewusste Atmung kann helfen, Stress abzubauen, die Konzentration zu verbessern und die allgemeine Gesundheit zu fördern.

Fazit

Die richtige Anwendung der Atemtechniken im Karate sind ein fundamental wichtiger Aspekt, um die volle Bandbreite der Fähigkeiten eines Karateka zu entfalten. Karateka, die die Kunst der Atmung meistern, sind in der Lage, ihre Techniken mit mehr Kraft, Präzision und Gelassenheit auszuführen – ein Beweis dafür, wie die scheinbar einfache Aktivität des Atmens die Quintessenz des Karate verkörpert.

Die richtige Einatmung und Ausatmung sowie die Synchronisierung von Atem und Bewegung sind Schlüsselkomponenten, die dazu beitragen, im Karate erfolgreich zu sein und die Werte dieser ehrwürdigen Kampfkunst zu schätzen.

Deine persönliche Atemaufgabe

Wer seine Atmung kontrolliert, kontrolliert sein Karate, kontrolliert sein Leben. Tagesaufgabe: nach dem Kime (größter Anspannungspunkt) wieder loszulassen – atmen, atmen, atmen... und wie ist deine Atmung so?

Weitere interessante Artikel zum Thema Karate finden Sie unter www.karate-wehingen.de

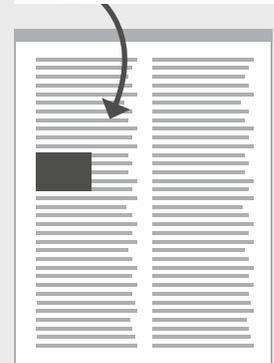
Karate Dojo Washide Wehingen Team

Tipp für Autoren

Bildgröße in Artikelstar



In Artikelstar können Sie nach dem Hochladen eines Bildes auswählen, ob dieses standardmäßig „Ganzspaltig“ oder nur „Halbspaltig“ veröffentlicht werden soll. Der Größenwunsch kann nur mit entsprechender Bildqualität umgesetzt werden.



Kirchliche Mitteilungen

Katholische Kirchengemeinde St. Ulrich Wehingen

Pfarrer Ewald Ginter, Steinstr. 2, 78564 Wehingen, Tel. 7230

Diakon Giovanni Fascia, Gosheim, Tel. 1498 oder 0160 99821691 **Pfr.**

i. R. Maurice Stephan, Lembergstr. 2, 78559 Gosheim, Tel. 1498



Pfarrbüro Gosheim

Lembergstr. 2
Sekretärin Isolde Reger
Tel. 1498, Fax: 51546
HeiligKreuz.Gosheim@drs.de
www.heiligkreuz-gosheim-drs.de

Öffnungszeiten:

Dienstag 14.00 - 17.30 Uhr
Mittwoch und
Donnerstag 08.00 - 11.00 Uhr

Pfarrbüro Wehingen

Steinstr. 2
Sekretärin Isolde Reger
Tel. 7230, Fax 4967
StUlrich.Wehingen@drs.de
www.katholische-Kirche-Wehingen.de

Öffnungszeiten:

Montag 08.00 - 11.00 Uhr
Mittwoch 14.00 - 17.30 Uhr
Freitag 08.00 - 12.00 Uhr

Pfarrbüro Deilingen

Kirchstr. 1
Sekretärin Heidi Bernhard
Tel. 8133, Fax 51243
ChristiHimmelfahrt.Deilingen@drs.de
www.katholische-kirche-deilingen.de

Öffnungszeiten:

Montag 10.30 - 12.00 Uhr
18:00 - 19:00 Uhr
Mittwoch 10.00 - 11.00 Uhr
Donnerstag 08.00 - 10.00 Uhr

Gottesdienstzeiten vom 11. - 19. November 2023

WEHINGEN – Kirche: St. Ulrich

Sonntag, 12. November 2023

Martinus-Kollekte
9.00 Uhr Eucharistiefeier mit den Firmlingen

Dienstag, 14. November 2023

7.30 Uhr Schülermesse
15.00 Uhr Rosenkranz für die Kranken

Mittwoch, 15. November 2023

18.00 Uhr Abendmesse

GOSHEIM – Kirche: Heilig Kreuz

Samstag, 11. November 2023

18.00 Uhr Vorabendmesse mit Taufe
- Verkauf von fair gehandelten Waren -

Montag, 13. November 2023

18.00 Uhr Rosenkranzandacht um den Frieden

Dienstag, 14. November 2023

18.00 Uhr Rosenkranzandacht

Mittwoch, 15. November 2023

7.30 Uhr Schülermesse

Donnerstag, 16. November 2023

9.00 Uhr Betstunde „Miteinander-Füreinander“
(gestaltet von Legio Mariens)

18.00 Uhr Abendmesse

DEILINGEN – Kirche: Christi Himmelfahrt

Sonntag, 12. November 2023

10.30 Uhr Eucharistiefeier mit den Firmlingen

Dienstag, 14. November 2023

18.00 Uhr Abendmesse in Deilingen

Mittwoch, 15. November 2023

18.00 Uhr Mittwochsgebet

Donnerstag, 16. November 2023

7.30 Uhr Schülermesse

Vorschau:

Wehingen

Samstag, 18. November 2023

18.00 Uhr Familiengottesdienst

Gosheim

Sonntag, 19. November 2023

10.30 Uhr Eucharistiefeier mit den Firmlingen

Deilingen

Sonntag, 19. November 2023

9.00 Uhr Eucharistiefeier

In die Ewigkeit heimgerufen:

Thomas Hussal

im Alter von 92 Jahren

Friedrich Zirn

im Alter von 76 Jahren

Gott schenke den Verstorbenen die Fülle des Lebens und Geborgenheit in seinem Frieden

Den Beerdigungsdienst übernimmt in der Zeit vom:

06.11. - 12.11. Pfr. i. R. Maurice Stephan, Tel. 1498

13.11. - 18.11. Diakon Giovanni Fascia, Tel. 1498 oder
0160-99821691

19.11. - 25.11. Pfr. Ewald Ginter, Tel. 7230

Verkauf von fair gehandelten Waren in Gosheim

Am Samstag, 11. November 2023 findet vor und nach der Abendmesse der nächste Verkauf von fair gehandelten Waren statt.

Wir laden Sie ein, durch den Kauf dieser Waren Ihre Solidarität mit den Menschen in den Entwicklungsländern zu zeigen.

Das Eine-Welt-Team

FIRMUNG 2023

Am Freitag, 10.11.2023, führen wir das Projekt „Wanderung zum Dreifaltigkeitsberg“ durch.

Wir treffen uns um 14.00 Uhr an der Quirins-Kapelle, Gosheim. Von dort laufen wir zum Dreifaltigkeitsberg.

Um 15.00 Uhr werden wir von den Patres empfangen. Wir beginnen mit Kaffee und Kuchen.

Ab ca. 16.00 Uhr fängt das Programm an (Geschichte über das Kloster, das Leben der Claretiner auf dem Berg, Besuch der Krippe).

Das Programm geht voraussichtlich bis 17.30 Uhr.

Regenschirm oder Regenbekleidung nicht vergessen!

Ihr Firmteam

Firmprojekt „Rottenmünster“ am 03.11.2023



Foto: gf

25 Jugendliche aus den Gemeinden Deilingen, Wehingen und Gosheim sowie zwei Begleiter haben am vergangenen Freitag das Rottenmünster besucht. Wir wurden von Herrn Göttle, dem Seelsorger des Rottenmünsters empfangen. Es folgte der Gang durch das Areal, mit den vielen Gebäuden und verschiedenen Stationen.

Herr Göttle erzählt uns die Geschichte dieser großen Ein-

richtung, die dieses Jahr 125 Jahre-Jubiläum gefeiert hat. Schwerpunkte unseres Projekts waren die Zentren für Psychiatrie, Psychotherapie, psychosomatische Medizin und Abhängigkeitserkrankungen. Die Präsentation war auf die Jugend abgeschnitten, mit dem Ziel, die Jugendlichen zu sensibilisieren, um prophylaktisch rechtzeitig zu reagieren.
Ihr Firmteam

Fahrt auf den Odilienberg

Mit der Seelsorgeneinheit planen wir am Mittwoch, 5. Juni 2024, eine Fahrt in meiner näheren Heimat, auf den Odilienberg, den spirituellen Ort des Elsasses und nach Mutzig, meine Heimatstadt, eventuell mit einer Weinprobe. Wir werden auf dem Odilienberg miteinander Eucharistie feiern, die heilige Odilia besser kennenlernen und dort Mittagessen. Der Preis hängt von der Teilnehmerzahl ab, ungefähr 50-60 Euro, einschließlich Mittagessen. Damit wir weiter planen können, wäre es gut zu wissen, ob dafür Interesse besteht, sodass wir die Fahrt durchführen können. Wer daran Interesse hat, kann sich im Pfarrbüro, Tel. 7230 oder 1498 oder bei mir in den nächsten 15 Tage melden oder den unteren Abschnitt abgeben. Für eine baldige Antwort in den nächsten 15 Tage, wäre ich dankbar.

Pfr.i.R. Maurice Stephan

Wir haben Interesse an der Fahrt ins Elsass und werden voraussichtlich mit _____ Personen teilnehmen.

Namen: _____

Adresse: _____

E-Mail: _____



Fotos: KGSU

Einladung zum Martinsumzug

Am Freitag, 10.11.2023, treffen sich alle Kinder beider Kindergärten (gerne auch ehemalige und zukünftige Kindergartenkinder) mit ihren Eltern

Kindergarten Christkönig



und den Laternen um 17.30 Uhr entweder am Kindergarten Christkönig oder vor dem Altenzentrum St. Ulrich.

In der Dämmerung machen wir uns mit den Laternen und Liedern auf den Weg zum großen Pausenhof der Schlossbergschule. Herzliche Einladung an alle, auch Omas und Opas und die ganze Wehinger Bevölkerung zum St. Martins Spiel mit Mantelteilung.

Auch wir wollen wie St. Martin, besonders an seinem Fest mit den armen und Not leidenden Menschen **teilen und bitten um eine Spende** in die Sammelbüchsen.



Fotos: pfs

Diese Spende kommt sicher bei den Armen in ihren Heimatländern an, denn wir geben das Geld den Schwestern aus Untermarchtal. Von dort geht die Spende direkt in die

Region Mbinga (Tansania) für verschiedene Projekte im Waisenhaus St. Katharina. Vielen Dank für jede Unterstützung. Auch die Gemeinde Wehingen teilt mit den Kindern, alle Laternenkinder werden eine Brezel geschenkt bekommen. Der Elternbeirat vom Kindergarten St. Ulrich übernimmt in diesem Jahr die Bewirtung mit Speis und Trank.

Wir freuen uns auf viele Laternenkinder und ihre Familien.

Die Erzieherinnen und der Elternbeirat

Besinnungsnachmittag für Frauen am Buß- und Bettag

Am **Mittwoch, den 22.11.2023** findet ein Besinnungsnachmittag für Frauen des Dekanates Tuttlingen-Spaichingen im Edith-Stein-Haus in Spaichingen statt. Dieses Jahr steht er unter dem Thema „**Gesegnet mit Heiterkeit und gesundem Humor, gespeist aus den Quellen des Glaubens – Episoden und Erinnerungen an Bischof Georg Moser.**“

Die Veranstaltung beginnt um 14:00 Uhr. Referent ist Rolf Seeger, ehem. Leiter von Berufe der Kirche der Diözese Rottenburg-Stuttgart sowie Vorstand der Bischof-Moser-Stiftung. Für Kaffee und Zopf sowie Zeit für Begegnung ist gesorgt. Den Nachmittag begleiten Mechthild Wiemuth und Dekanatsreferent Hans-Peter Mattes. Ende wird gegen 17:00 Uhr sein. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Infos unter 07461-96598010.

Gedenkfeier für verstorbene Kinder am 10. Dezember 2023 in Aixheim

Jedes Jahr wird am 2. Sonntag im Dezember an verstorbene Kinder erinnert und ihrer gedacht. Weltweit wird der sogenannte Candle Lighting Day begangen. Das Symbol des Kerzenlichtes, das im Dunkel der Trauer leuchtet, wird bei der Gedenkfeier eine tragende Rolle spielen. Der regionale Gottesdienst findet am 10. Dezember 2023 um 15 Uhr in der Katholischen Pfarrkirche, Kirchstrasse 5, in Aixheim statt. Eingeladen sind Eltern, Geschwister, Verwandte und Freunde von verstorbenen Kindern. Dekanatsreferent Hans-Peter Mattes, Pfarrer Oliver Helmers und Team gestalten diesen Gottesdienst, begleitet werden sie dabei musikalisch von Sarah und Gerlinde Puttkammer. Im Anschluss an die Feier besteht im benachbarten Gemeindehaus die Möglichkeit zur gemeinsamen Begegnung.

Tafelladen Trossingen



Foto: eg

Helfen Sie dem Tafelladen mit Ihrer Spende!

In der Trossinger Tafel können Menschen in und um Trossingen mit geringem Einkommen zu besonders günstigen Preisen (ca. 80 % unter dem Normalpreis) einkaufen.

Der Geben-und-Nehmen-Korb wird wöchentlich donnerstags um 10.00 Uhr geleert und die Spenden werden danach direkt in den Tafelladen nach Trossingen gebracht. **Herzlichen Dank im Voraus für Ihre wertvolle Unterstützung.**

„antenne 1 Neckarburg Rock & Pop - die Kirche“

UKW: Blumberg 87.9, Rottweil 93.1, Schwarzwald-Baar 102.0, Schramberg 103.7, Oberndorf 104.6, Tuttlingen 107.6 und im Kabel, App, Internetradio und Infos: **www.antenne1-neckarburg.de**

Mit ermutigenden Gedanken und aktuellen News begleiten Sie die Kirchen der Region durch den Tag:

„Moment mal“

Einen Moment zum Nachdenken und Auftanken täglich gegen 9.15 Uhr und 13.15 Uhr

„Typisch himmlisch – Kirche am Sonntagmorgen“

mit interessanten Gästen, News und frischer Musik Sonn- und feiertags von 8 bis 10 Uhr

12.11. „Ein Stück Heimat aus der Nähe betrachtet – der Rottweiler Stadtführer Uwe Deiber unterwegs“

19.11. „Ein Stückchen Ewigkeit - Gutes tun über das eigene Leben hinaus mit der Stiftung St. Franziskus“

26.11. „Vorwärts heißt zurück zu mir und 12 Tage nur für Dich – die Psychologin und Autorin Tanja Köhler zu Gast“

Hans-Peter Mattes

Kirchlicher Rundfunkbeauftragter

Zum Nachdenken
Oma sagt,
wenn jemand einen
Stein nach dir wirft,
wirf eine
Blume zurück.
Nimm aber die mit
dem schwersten Topf.



Foto: pfs



Gemeinde
Reichenbach



Sprechstunden des Bürgermeisters

Gerne stehe ich Ihnen für ein persönliches Gespräch zur Verfügung. Bitte vereinbaren Sie hierzu einen Termin unter der Telefonnummer: 07429 91177 oder per E-Mail: hans.marquart@reichenbach-heuberg.de

Dienststunden

Montag bis Donnerstag: von 08.30 Uhr bis 11.30 Uhr
Donnerstagnachmittag: von 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Sie erreichen uns unter den folgenden Telefonnummern:
Rathaus: 07429/91177
Bauhof: 07429/916078
und per E-Mail unter: info@reichenbach-heuberg.de

Einladung zur nächsten öffentlichen Sitzung des Gemeinderats am Montag, 20. November 2023, 19.00 Uhr, Festsaal, Grundschulgebäude, Esslinger Str. 16

Am Montag, dem 20. November 2023, findet um 19.00 Uhr im Festsaal, Grundschulgebäude, Esslinger Straße 16 eine öffentliche Sitzung des Gemeinderats statt.

Für die öffentliche Sitzung ist nachstehende Tagesordnung vorgesehen:

1. **Besichtigung Baustelle Wohnung Esslinger Str. 16**
2. **Bürgerfragestunde**
3. **Präsentation „Heuberg-Film“**
4. **Heuberg aktiv e.V. im Wandel**
5. **Verschiedenes**
6. **Bekanntgaben, Wünsche und Anfragen**

Ich freue mich auf Ihr Kommen.

Volkstrauertag

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
zur Teilnahme an der Gedenkfeier für die Gefallenen zweier Weltkriege und die Opfer von Krieg, Vertreibung, Terror und Gewalt lade ich Sie herzlich ein.

Die Gedenkfeier findet dieses Jahr am

Sonntag, dem 19. November 2023, 10.00 Uhr (nach dem Gottesdienst) am Ehrenmal bei der Kirche statt.

Abfallbeseitigung

Papiertonne:	10. November 2023
Windeltonne:	10. November 2023
Biotonne:	17. November 2023
Restmüll:	24. November 2023
Werttonne:	06. Dezember 2023

Öffnungszeiten des Wertstoffhofes in Wehingen-Harras

Ab Dienstag, den 07. November 2023 gelten für den Wertstoffhof- und Grünguthof in Wehingen-Harras folgende Winteröffnungszeiten:

Dienstag:	15.00 – 18.00 Uhr
Samstag:	09.00 – 12.00 Uhr

Vereinsmitteilungen



FC "Rotweiß" Reichenbach am Heuberg 1938 e.V.

Ergebnis 11. Spieltag Kreisliga B2:

Sonntag, den 05.11.2023

FC RW Reichenbach - SV Wurmlingen II:

1:0

Tore: 1:0 Dennis Marquart

Vorschau 12. Spieltag Kreisliga B:

Sonntag, den 12.11.2023,

um 14.30 Uhr im Umläufle Tuttlingen

Türkgücü Tuttlingen - FC RW Reichenbach

Adventsbrunch

ADVENTSBRUNCH
im Sportheim
Reichenbach

Sonntag, den 03.12.2023
ab 9:30 Uhr

10€ Kinder/Jugendliche
15€ Erwachsene

Anmeldung bis zum 26.11.2023 über:
07429/99104
oder
Lea.Marquart13@web.de
(Name + Anzahl der Personen)

Plakat: Lea Marquart



REDAKTIONSSCHLUSS BEACHTEN

Bitte denken Sie an die rechtzeitige Übermittlung Ihrer Bild- und Textbeiträge.



Förderverein FC Reichenbach

Gutes tun!!!

Jede Stimme zählt!



Spendenaktion 2023
der Volksbank Schwarzwald-Donau-Neckar eG.

Aktuelle Aktion
Renovierung Küche

Teilnahme zur Abstimmung

- Voraussetzung: Mitglied bei der Volksbank
- Abstimmung möglich unter:



www.mitgliedernetzwerk.de/vbsd

Die **Abstimmung** für die Vergabe im **Gesamtwert über 31.500€** startet am **11.10.2023** und endet am **10.11.2023**

Der Förderverein des FC Rot-Weiss Reichenbach bedankt sich bei allen, die uns mit ihrer **Stimme** bei unserem **Projekt unterstützen**.

Plakat: A.B

Musikverein Reichenbach e.V.



Theaterabende

Der Musikverein gratuliert den Akteuren um den Regisseur Johannes Huber zu den sehr gelungenen Aufführungen des Theaterstücks „Trudes Bude“ und dankt ihnen für die intensive Probenarbeit. Ein Dankeschön geht an die Aktiven des Vereins für die gelungene musikalische Umrahmung des Theaterstücks und allen Helfern, die zum Gelingen der Veranstaltungen beigetragen haben.

Hoherfreut waren wir über die voll besetzte Halle bei allen Vorstellungen. Dafür danken wir den Besuchern recht herzlich.

Der Vorstand

Narrenzunft Reichenbach e.V. 1975



Jahreshauptversammlung 2023

Alle Mitglieder der Narrenzunft, Freunde und Gönner des Narrenbrauchtums sind zur diesjährigen Jahreshauptversammlung am Samstag,

11.11.2023 ins Sportheim Reichenbach eingeladen.

Beginn der Versammlung ist um **20:00 Uhr**. Wir bitten um zahlreiche Teilnahme.

Tagesordnung:

1. Begrüßung durch den Zunftmeister
2. Totenehrung
3. Bericht des Zunftmeisters
4. Bericht des Kassiers

5. Bericht der Kassenprüfer
6. Bericht des Schriftführers
7. Entlastung der Vorstandschaft
8. Wahlen
9. Anträge
10. Sonstiges

Anträge bitte bis spätestens 06.11.2023 bei den Zunftmeistern einreichen.

Gezeichnet

-Narrenzunft Reichenbach-

Schwäbischer Albverein Ortsgruppe Reichenbach



Lau-Hüttenbewirtung

Samstags, 16:00 bis 18:00 Uhr

Sonntags, 14:00 bis 18:00 Uhr

Jeden ersten Mittwoch im Monat von 14:00 bis 17:30 Uhr

Jeden letzten Mittwoch Singen in der Lau-Hütte, 18:30 Uhr

- 11./12. November 2023: Familie Wittmer
 18./19. November 2023: Benni und Anne Martin
 25./26. November 2023: Anne und Holger Hipp
 29. November 2023: Singen in der Lau-Hütte
 2./3. Dezember 2023: Familie Scharler
 9./10. Dez. 2023: Familie Keller – Waldweihnacht –
 13. Dezember 2023: Singen in der Lau-Hütte
 16./17. Dezember 2023: GESCHLOSSEN, Winterpause
 Die Wirte freuen sich auf Euren Besuch.
 Schwäbischer Albverein
 OG Reichenbach

Gemeinsame Kirchliche Nachrichten Reichenbach und Egesheim

Katholische Kirchengemeinde "St. Nikolaus" Reichenbach und Mariae Himmelfahrt Egesheim



Mitteilungen der Seelsorgeeinheit Oberer Heuberg Böttingen, Bubsheim, Egesheim, Königsheim, Mahlsetten, Reichenbach

Pfarrbüro Böttingen (für die ganze Seelsorgeeinheit):

Pfarrgässle 2, Tel. 2385, Fax 910 161,

E-Mail: KathPfarrbuero.Boettingen@drs.de

besetzt durch Roswitha Grimm
 dienstags von 15 bis 17 Uhr und
 mittwochs von 9 bis 11 Uhr

Pastoralteam:

Pater Ankit Chaudhary, Tel. 07424/95835-26, Fax -29,

E-Mail: cmfankit@gmail.com

Gemeindereferentin Sylvia Straub, Tel. 07429/3348,

E-Mail: sylvia.straub@drs.de

Pater Martins Ugbede Omale, Tel. 07424/95835-22,

E-Mail: martinsomale9@gmail.com

www.kse-oberer-heuberg.de

Unsere Kirchlichen Mitteilungen < in der SE Oberer Heuberg für die Kirchengemeinde Mariä Himmelfahrt Egesheim und St. Nikolaus Reichenbach

von Donnerstag, 09.11. bis Sonntag, 19.11.2023

„Das Gebet ist die Tür aus dem Gefängnis deiner Sorgen.“
 Helmuth Gollwitzer
 (ev. Theologe und Schriftsteller, 1908 – 1993)

Gottesdienstordnung in der SE Oberer Heuberg**Donnerstag, 09.11.2023 – Weihe der Lateranbasilika**

in Bö: 07.45 Uhr Schülergottesdienst

in Kö: 18.30 Uhr Schülergottesdienst

Freitag, 10.11.2023 – Hl. Leo der Große

in Rei: 09.15 Uhr Schülergottesdienst in der Schule

in Rei: 18.30 Uhr Eucharistiefeier

Samstag, 11.11.2023 – Hl. Martin

- Martinus-Kollekte -

in Bö: 18.30 Uhr Eucharistiefeier zum Patrozinium, mitgestaltet vom Kirchenchor, anschl. Cäcilienfeier des Kirchenchores

in Bu: 18.30 Uhr Eucharistiefeier

Sonntag, 12.11.2023 – 32. Sonntag im Jahreskreis

- Martinus-Kollekte -

in Kö: 08.30 Uhr Eucharistiefeier

in Rei: 08.30 Uhr Eucharistiefeier

in Ma: 10.00 Uhr Eucharistiefeier

in Eg: 10.00 Uhr Eucharistiefeier

in Ma: 11.15 Uhr Taufe von Mats Jona und Levi Paul Aicher

ökumenischer Taizé-Gottesdienst, mitgestaltet vom Kirchenchor

Dienstag, 14.11.2023

in Bö: 18.30 Uhr Eucharistiefeier

in Bu: 18.30 Uhr Eucharistiefeier

in Bu: 19.30 Uhr KGR-Sitzung

Mittwoch, 15.11.2023

in Ma: 10.00 Uhr Eucharistiefeier

in Eg: 18.30 Uhr Eucharistiefeier

Donnerstag, 16.11.2023

in Bö: 07.45 Uhr Schülergottesdienst

in Kö: 18.30 Uhr Eucharistiefeier

in Bu: 19.00 Uhr keb – Filmabend Heubergkapellen im Pfarrgemeindesaal

Freitag, 17.11.2023 – Hl. Gertrud von Helfta

in Bö: 15.00 Uhr Vorbereitungstreffen Erstkommunion im Gemeindehaus St. Katharina

in Rei: 18.30 Uhr Eucharistiefeier

Samstag, 18.11.2023

- Diaspora-Kollekte -

in Ma: 18.30 Uhr Eucharistiefeier

in Eg: 18.30 Uhr Eucharistiefeier

Sonntag, 19.11.2023 – 33. Sonntag im Jahreskreis

- Diaspora-Kollekte -

in Bö: 08.30 Uhr Eucharistiefeier

in Bu: 08.30 Uhr Eucharistiefeier

in Bö: 08.30 Uhr Evangelischer Gottesdienst im Gemeindehaus St. Katharina

in Kö: 10.00 Uhr Eucharistiefeier

in Rei: 10.00 Uhr Eucharistiefeier

in Ma: 18.00 Uhr Klangschalenmeditation „Engel“

Beerdigungsdienst

06.11. bis 11.11.: Pater Ankit (Dreifaltigkeitsberg, Tel. 07424/95835-26)

13.11. bis 18.11.: Gemeindeferentin Sylvia Straub (Tel. 07429/3348, privat 07429/916 1281)

20.11. bis 25.11.: Pater Ankit (Dreifaltigkeitsberg, Tel. 07424/95835-26)

Rosenkranz

In Egesheim: Mittwoch, 18.00 Uhr

„Gemeinsam gegen Arbeitslosigkeit – teilen und beteiligen.“

Die Kollekte in den Gottesdiensten am 11. und 12. November 2023 gehen an die Aktion Martinusmantel für Arbeitslose. Die Spenden werden ohne Abzüge für Qualifizierungs- und Beschäftigungsprojekte in der Diözese verwendet, in denen gesellschaftlich benachteiligte Jugendliche und langzeitarbeitslose Menschen gefördert werden, um wieder eine Chance auf Ausbildung und Arbeit zu erhalten. Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Ökumenischer Taizé-Gottesdienst

...am Sonntag, 12.11.2023 um 18.30 Uhr in Königsheim. Bei stimmungsvollem Kerzenlicht können wir mit den Taizégesängen zur Ruhe und ins Gebet kommen.

Herzliche Einladung!

Krippenspiel in Egesheim

Am 24. Dezember um 15.30 Uhr findet das traditionelle Krippenspiel in der Kirche Mariä Himmelfahrt in Egesheim statt. Wir werden uns immer **dienstags von 15 – 16 Uhr** treffen, um das Stück einzuüben. Unsere erste Probe findet am 14. November im Pfarrsaal, Kirchgasse 6, statt.

Wenn du mitmachen möchtest, gib uns bitte kurz per WhatsApp unter 0171-4493388 Bescheid.

Wir freuen uns auf dich!

Stefanie Lenz und Rebecca Reiser

Perlen der Heimat - Kapellen auf dem Heuberg:**Tonbild-Vorführung mit Josef Zisterer**

Allein auf dem vorderen Heuberg, also von Denkingen bis Schwenningen/Heuberg und von Irndorf bis Deilingen, finden wir 33 Kapellen, die ältesten aus dem 14. Jahrhundert, die neuesten erst wenige Jahre alt. So erfahren Interessierte etwas aus der Geschichte der Kapellen und auch die eine oder andere Erzählung, wie es zum Bau so mancher Kapelle gekommen ist. Es kommen auch die Heiligen nicht zu kurz, denen die Kapellen geweiht oder gewidmet sind.

Donnerstag, 16.11.2023 um 19.00 Uhr, Pfarrgemeindesaal in Bubsheim, Hauptstr. 12, Beitrag auf Spendenbasis, ohne Anmeldung.

Ökumenisches Frauenwochenende – noch Plätze frei

Pastoralreferentin Jutta Krause bietet ein ökumenisches Frauenwochenende am 18. und 19.11.23 in Tieringen/Lochen an.

Thema: tierische Bibelgeschichten

Unkostenbeitrag: 100 Euro

Anmeldung und Infos per E-Mail an jutta.krause@drs.de.

Gemeinde
Egesheim

Sprechstunden des Bürgermeisters

Gerne stehe ich Ihnen für ein persönliches Gespräch zur Verfügung.

Bitte vereinbaren Sie hierzu einen Termin

unter der Telefonnummer: 07429 931080

oder per E-Mail: hans.marquart@egesheim.de.**Dienststunden**

Montag bis Donnerstag von 08.30 Uhr bis 11.30 Uhr

Montagnachmittag von 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Sie erreichen uns unter den folgenden Telefonnummern:

Rathaus: 07429/931080

Bauhof: 07429/3371

und per E-Mail unter: info@egesheim.de

Einladung zur 10. öffentlichen Sitzung des Gemeinderats am Donnerstag, 23. November 2023, Beginn 18.30 Uhr, im Dorfgemeinschaftshaus, Brühlstraße 4

Für die öffentliche Sitzung ist die nachstehende Tagesordnung vorgesehen:

1. Bürgerfragestunde
 2. Gemeindevald Egesheim: Erläuterung und Beschlussfassung zum Bewirtschaftungsplan
 3. Neubau Feuerwehrgerätehaus
 4. Änderung der Satzung über die Entschädigung der ehrenamtlich tätigen Angehörigen der Freiwilligen Feuerwehr Egesheim
 5. Stellungnahme zu einem gewerblichen Bauvorhaben
 6. Heuberg aktiv e. V. im Wandel
 7. Verschiedenes
 8. Bekanntgaben, Wünsche und Anfragen
- Ich freue mich auf Ihr Kommen.

Volkstrauertag

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
zur Teilnahme an der Gedenkfeier für die Gefallenen zweier
Weltkriege und die Opfer von Krieg, Vertreibung, Terror und
Gewalt lade ich Sie herzlich ein.
Die Gedenkfeier findet dieses Jahr am **Samstag, den 18.
November 2023, 18.00 Uhr (vor dem Gottesdienst) am
Ehrenmal bei der Kirche** statt.

Abfallbeseitigung

Papiertonne: 10. November 2023
Windeltonne: 10. November 2023
Biotonne: 17. November 2023
Werttonne: 21. November 2023
Restmüll: 24. November 2023

Öffnungszeiten des Wertstoffhofes in Wehingen-Harras

Dienstag: 15.00 – 18.00 Uhr
Samstag: 09.00 – 12.00 Uhr
Freundliche Grüße
Ihr Bürgermeister Hans Marquart

Vereinsmitteilungen



Musikverein Egesheim e.V.

Herbstkonzert MV Egesheim am 18.11.2023
Zu unserem Herbstkonzert unter dem Motto „Großbritanni-
en“ laden wir recht herzlich am Samstag, den 18. November
2023 ein.
Unser Konzertpartner ist in diesem Jahr der Musikverein aus
Wilflingen. Beginn ist um 20 Uhr in der Egesheimer Festhalle.
Wir freuen uns auf einen abwechslungsreichen, musika-
lischen Abend und würden Sie gerne als Gast bei uns in
Egesheim begrüßen.
MV Egesheim

Herbstkonzert 2023

MUSIK AUS
Großbritannien

18.
Nov.

MUSIKVEREIN
WILFLINGEN

MUSIKVEREIN
EGESHEIM

Festhalle Egesheim

Einlass: 19 Uhr, Beginn: 20 Uhr

mv.egesheim

Musikverein Egesheim e.V.

Foto: MVE

Narrenverein Egesheim e.V.



Programm Bunter Abend 2024

Liebe Narrenfreunde,
die Fasnet ,24 rückt näher und damit auch Vorbereitungen
und Überlegungen zum Bunten Abend. Wie jedes Jahr sind
wir auf eure Darbietungen angewiesen, die diesen Abend
zu etwas Besonderem machen! Programmpunkte können
schon jetzt bei allen Mitgliedern des Elferrats oder unter der
E-Mail vorstand@nvegesheim.de angemeldet werden.
Wir freuen uns über zahlreiche unterhaltsame Beiträge!
Euer Narrenverein
NARRI - NARRO!



Sportverein Egesheim e.V.

1. Herrenmannschaft

Rückblick

Bezirkspokal

Mittwoch, 01.11.2023 SV Egesheim : SV Tuningen 0:1
Durch die Niederlage in der 3. Runde des Möbel Fetzler Be-
zirkspokal 2023/2024 ist der SV Egesheim aus dem Pokal
ausgeschieden.

Kreisliga A

13. Spieltag

Sonntag, 05.11.2023 SV Kolbingen : SV Egesheim 4:1
(L.Stier 49. Minute)

Vorschau

Sonntag, 12.11.2023 SV Egesheim : SV Renquishausen

Beim Heimspiel am Sonntag trifft der SVE auf den Tabellen-
dritten aus Renquishausen.

Anpfiff ist um 14:30 Uhr. Über zahlreiche Fans am Spielfeld-
rand würde sich die Mannschaft freuen.

Das Sportheim wird bewirtet von Familie Penz.

Gez. Schriftführerin

Nathalie Bischoff

Kindergartennachrichten



Kindergarten Egesheim

Rückblick Oktober

Im Oktober war im Kindergarten einiges los. Am 13.10.23
sind die Kindergartenkinder bei herrlichem Herbstwetter
Kastaniensammeln gegangen. Die Kinder haben gemein-
sam einen ganzen Korb voll gesammelt. Anschließend wur-
den im Kindergarten daraus kleine Kunstwerke gebastelt.

Am 23.10.23 hat uns Frau Seeh von der Zahngesundheit mit
ihrem Kroko im Kindergarten besucht. Hierbei wurde mithilfe
einer Geschichte besprochen, wie die Zähne richtig geputzt
werden. Dies ist jedes Jahr ein Highlight für die Kinder, die
sich immer sehr auf den Kroko freuen.

Ende des Monats fand der Waldtag in der Jahreszeit Herbst
statt. Die Kinder konnten sich mit Matschhosen und Regen-
jacken im Wald austoben und so manches entdecken. Mit
Naturmaterialien haben die Kinder ein großes Mandala ge-
macht.

In diesem Monat fand auch etwas für die Eltern statt. Dies
war ein thematischer Elternabend von der Ergotherapeutin
Kerstin Tribel.

Das Kindergartenteam



Foto: Kindergarten

Gemeinsame Amtliche Bekanntmachungen Wehingen, Reichenbach und Egesheim

Hinweise zu datenschutzrechtlichen Bestimmungen des Bundesmeldegesetzes für die Gemeinden Wehingen, Reichenbach a. H. und Egesheim

Widerspruch gegen die Übermittlung von Daten an eine öffentlich-rechtliche Religionsgesellschaft

Die Meldebehörde übermittelt die in § 42 Bundesmeldegesetz (BMG), § 6 des baden-württembergischen Ausführungsgesetzes zum Bundesmeldegesetz und § 18 Meldeverordnung aufgeführten Daten der Mitglieder einer öffentlich-rechtlichen Religionsgesellschaft an die betreffenden Religionsgesellschaften.

Die Datenübermittlung umfasst auch die Familienangehörigen (Ehegatten, minderjährige Kinder und die Eltern von minderjährigen Kindern), die nicht derselben oder keiner öffentlich-rechtlichen Religionsgesellschaft angehören. Die Datenübermittlung umfasst zum Beispiel Angaben zu Vor- und Familiennamen, früheren Namen, Geburtsdatum und Geburtsort, Geschlecht oder derzeitigen Anschriften.

Die Familienangehörigen haben gemäß § 42 Abs. 3 Satz 2 BMG das Recht, der Datenübermittlung zu widersprechen. Der Widerspruch gegen die Datenübermittlung verhindert nicht die Übermittlung von Daten, die für Zwecke des Steuererhebungsrechts benötigt werden. Diese Zweckbindung wird der öffentlich-rechtlichen Gesellschaft als Datenempfänger bei der Übermittlung mitgeteilt.

**Der Widerspruch kann bei der Gemeinde Wehingen, Einwohnermeldeamt, Gosheimer Straße 14, 78564 Wehingen
Gemeinde Egesheim, Hauptstraße 10, 78592 Egesheim
Gemeinde Reichenbach a. H.,
Kirchstraße 8, 78564 Reichenbach a. H. eingelegt werden.**

Der Widerspruch gilt bis zu seinem Widerruf.

Widerspruch gegen die Übermittlung von Daten an Parteien, Wählergruppen u. a. bei Wahlen und Abstimmungen

Gemäß § 50 Abs. 1 Bundesmeldegesetz (BMG) in der seit 1. November 2015 geltenden Fassung darf die Meldebehörde Parteien, Wählergruppen und anderen Trägern von Wahlvorschlägen im Zusammenhang mit Wahlen und Abstimmungen auf staatlicher oder kommunaler Ebene in den sechs der Wahl oder Abstimmung vorangehenden Monaten sogenannte Gruppenauskünfte aus dem Melderegister erteilen.

Die Auswahl ist an das Lebensalter der betroffenen Wahlberechtigten gebunden. Die Auskunft umfasst den Familiennamen, Vornamen, Doktorgrad und derzeitige Anschriften sowie, sofern die Person verstorben ist, diese Tatsache.

Die Geburtsdaten der Wahlberechtigten dürfen dabei nicht mitgeteilt werden. Die Person oder Stelle, der die Daten übermittelt werden, darf diese nur für die Werbung bei einer Wahl oder Abstimmung verwenden und hat sie spätestens einen Monat nach der Wahl oder Abstimmung zu löschen oder zu vernichten.

Die Wahlberechtigten haben das Recht, der Datenübermittlung zu widersprechen.

**Der Widerspruch kann bei der Gemeinde Wehingen, Einwohnermeldeamt, Gosheimer Straße 14, 78564 Wehingen
Gemeinde Egesheim, Hauptstraße 10, 78592 Egesheim
Gemeinde Reichenbach a. H.,
Kirchstraße 8, 78564 Reichenbach a. H. eingelegt werden.**

Bei einem Widerspruch werden die Daten nicht übermittelt. Der Widerspruch gibt bis zu seinem Widerruf.

Widerspruch gegen die Übermittlung von Daten aus Anlass von Alters- oder Ehejubiläen an Mandatsträger, Presse oder Rundfunk und gegen die Datenübermittlung an das Staatsministerium

Verlangen Mandatsträger, Presse oder Rundfunk Auskunft aus dem Melderegister über Alters- oder Ehejubiläen von Einwohnern, darf die Meldebehörde nach § 50 Absatz 2 Bundesmeldegesetz (BMG) Auskunft erteilen über Familienname, Vornamen, Doktorgrad, Anschrift sowie Datum und Art des Jubiläums.

Altersjubiläen sind der 70. Geburtstag, jeder fünfte weitere Geburtstag und ab dem 100. Geburtstag jeder folgende Geburtstag; Ehejubiläen sind das 50. und jedes folgende Ehejubiläum.

Die Meldebehörde übermittelt darüber hinaus gemäß § 12 der Meldeverordnung dem Staatsministerium zur Ehrung von Alters- und Ehejubilaren durch den Ministerpräsidenten Daten der Jubilarinnen und Jubilare aus dem Melderegister. Davon umfasst sind zum Beispiel der Familienname, Vornamen, Doktorgrad, Geschlecht, die Anschrift sowie das Datum und die Art des Jubiläums.

**Die betroffenen Personen, deren Daten übermittelt werden, haben das Recht, der Datenübermittlung zu widersprechen. Der Widerspruch kann bei der Gemeinde Wehingen, Einwohnermeldeamt, Gosheimer Straße 14, 78564 Wehingen
Gemeinde Egesheim, Hauptstraße 10, 78592 Egesheim
Gemeinde Reichenbach a. H.,
Kirchstraße 8, 78564 Reichenbach a. H. eingelegt werden.**

Bei einem Widerspruch werden die Daten nicht übermittelt. Der Widerspruch gilt bis zu seinem Widerruf.

Widerspruch gegen die Übermittlung von Daten an das Bundesamt für das Personalmanagement der Bundeswehr

Nach § 58b des Soldatengesetzes können sich Frauen und Männer, die Deutsche im Sinne des Grundgesetzes sind, verpflichten, freiwilligen Wehrdienst zu leisten, sofern sie hierfür tauglich sind. Zum Zweck der Übersendung von Informationsmaterial übermitteln die Meldebehörden dem Bundesamt für das Personalmanagement der Bundeswehr aufgrund § 58c Absatz 1 Satz 1 des Soldatengesetzes jährlich bis zum 31. März folgende Daten zu Personen mit deutscher Staatsangehörigkeit, die im nächsten Jahr volljährig werden: Familiennamen, Vornamen und die gegenwärtige Anschrift. Die betroffenen Personen, deren Daten übermittelt werden, haben das Recht, der Datenübermittlung zu widersprechen.

**Der Widerspruch kann bei der Gemeinde Wehingen, Einwohnermeldeamt, Gosheimer Straße 14, 78564 Wehingen
Gemeinde Egesheim, Hauptstraße 10, 78592 Egesheim
Gemeinde Reichenbach a. H.,
Kirchstraße 8, 78564 Reichenbach a. H.**

eingelegt werden. Bei einem Widerspruch werden die Daten nicht übermittelt. Der Widerspruch gilt bis zu seinem Widerruf.

Widerspruch gegen die Übermittlung von Daten an Adressbuchverlage

Die Meldebehörde darf gemäß § 50 Absatz 3 Bundesmeldegesetz (BMG) Adressbuchverlagen zu allen Einwohnern, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, Auskunft erteilen über den Familiennamen, Vornamen, Doktorgrad und derzeitige Anschriften.

Die übermittelten Daten dürfen nur für die Herausgabe von Adressbüchern (Adressenverzeichnisse in Buchform) verwendet werden.

Die betroffenen Personen, deren Daten übermittelt werden, haben das Recht, der Datenübermittlung zu widersprechen. Der Widerspruch kann bei der **Gemeinde Wehingen, Einwohnermeldeamt, Gosheimer Straße 14, 78564 Wehingen** **Gemeinde Egesheim, Hauptstraße 10, 78592 Egesheim** **Gemeinde Reichenbach a. H., Kirchstraße 8, 78564 Reichenbach a. H.**

eingelegt werden. Bei einem Widerspruch werden die Daten nicht übermittelt. Der Widerspruch gilt bis zu seinem Widerruf.

Niederschlagswassergebühr: Veränderungen an den versiegelten Flächen sind anzuzeigen

Die Grundstückseigentümer sind nach den Regelungen in der Abwassersatzung verpflichtet, gebührenrelevante Baumaßnahmen und Änderungen an versiegelten Flächen um mehr als 10 m² innerhalb eines Monats anzuzeigen.

Für die Abrechnung der Wasserzins- und Abwassergebühren für den Verbrauchszeitraum vom 01.01.2023 bis 31.12.2023 bitten wir daher alle Grundstückseigentümer, bei denen sich die Bemessungsgrundlage für die Ermittlung der Niederschlagswassergebühr geändert hat, um Mitteilung bis 30. November 2023.

Anzuzeigen sind z. B. Änderungen an Dach- oder Hofflächen, Terrassen, Wegen, Parkplätzen etc. und wenn neue Gebäude an die Kanalisation angeschlossen oder Zisternen in/außer Betrieb genommen wurden.

Anfragen und Meldungen nimmt der Gemeindeverwaltungsverband Heuberg (Tel. 07426/9613-22 vormittags oder E-Mail: Assunta.Amato@GVV-Heuberg.de) entgegen.

Sonstiges

Mitteilungen des Landratsamtes/ Landwirtschaftsamt Tuttlingen



Winteröffnungszeiten der Wertstoffhöfe

Ab Dienstag, 7. November 2023, gelten die Winteröffnungszeiten auf den Deponien und Wertstoffhöfen. Auch die mobilen Grünschnittannahmestellen in den Städten und Gemeinden haben ab dem 6. November für dieses Jahr geschlossen, ebenso die Grünguthöfe in Spaichingen, Trossingen und Königsheim. Bürgerinnen und Bürger, die Grünschnitt zu entsorgen haben, können die Wertstoff- und Grünguthöfe in Aldingen, Tuttlingen, Mühlheim, Geisingen und Wehingen anfahren. Diese nehmen auch während des Winterbetriebes weiterhin Grünschnitt an.

Alle Informationen und die angepassten Öffnungszeiten unter www.abfall-tuttlingen.de.

Kfz-Zulassungsstelle geschlossen

Aufgrund von Wartungsarbeiten des Fachverfahrens bleibt die Kfz-Zulassungsstelle des Landkreises Tuttlingen am Samstag, 11. November 2023, geschlossen.

Ab Montag, 13. November 2023, ist die Zulassungsstelle wieder regulär geöffnet.

Haus der Natur - Veranstaltungshinweis



Beuron. Wanderung „Es wird Winter im Donautal und die stille Zeit beginnt“. Freitag, 17. November, 14 bis ca. 16 Uhr (*Anmeldung bis 16.11.*)

Die einfache Rundwanderung führt vom Aussichtspunkt Rauher Stein zum wohl bekanntesten Aussichtspunkt des Donautals, dem Eichfelsen. Zurück geht es auf bequemen Wegen nahezu eben über die Hochfläche. Vielleicht bringt der Tag bei Inversionswetterlage angenehm warme Temperaturen, vielleicht zeigt sich der November aber auch von seiner trüben, nebligen Seite. Treffpunkt: Wanderparkplatz Rauher Stein in Irndorf; Leitung: Bernd Schneck; Gebühr: 4,- €; Anmeldung bis 16. November beim Haus der Natur, Tel. 07466/9280-0, info@nazoberedonau.de

Wehstetten. Räuchern in der Braunwurzütte – Allerheiligen. Mittwoch, 22. November, 19 Uhr (*Anmeldung bis 15.11.*)

Traditionell wurden heimische Kräuter und Harze aus fernen Ländern z.B. zum Desinfizieren von Räumen, zur Stärkung der Gesundheit und zu spirituellen Zwecken getrocknet und verräuchert. Christiane Denzel, Bioland-Gärtnerin, Heilpraktikerin und Kräuterpädagogin, führt drei Räucherungen durch und berichtet über die Hintergründe des Brauches, des Räucherns und die Wirkung der Kräuter und Harze. Martina Braun, Wirtin der Braunwurzütte, Bioland-Bäuerin, Erzieherin und Kräuterpädagogin, bereitet kleine Versucherle aus wilden Genüssen zu und liest ein Kräutermärchen vor. Gebühr: 22,- Euro; Treffpunkt: Braunwurzütte, Wehstetten 7, Liptingen-Wehstetten; Anmeldungen bis 15. November bei Christiane Denzel, Tel. 07465/2515, breitewies@t-online.de.

Zweckverband Verkehrsverbund Schwarzwald-Baar-Heuberg



Umstellung des Move JugendTickets BW auf das D-Ticket JugendBW

Schwarzwald-Baar-Heuberg / Villingen-Schwenningen, 03.11.2023

In Baden-Württemberg wird zum 1. Dezember 2023 ein „rabattiertes Deutschlandticket“ mit dem Namen D-Ticket JugendBW für junge Menschen eingeführt. Es wird dann das seit März 2023 erhältliche Move JugendTicketBW ablösen und für unverändert 365 Euro im Jahr angeboten.

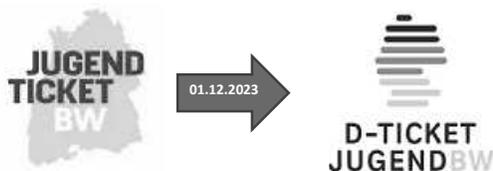
Dieses günstigere Deutschlandticket gibt es für Kinder, Jugendliche, Auszubildende, Studierende und Freiwilligendienstleistende. Eine wichtige Voraussetzung ist, dass diese in Baden-Württemberg wohnen beziehungsweise ihre Schule oder Hochschule im Land ist. Auch dürfen sie ein bestimmtes Alter nicht überschreiten. Bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres kann das D-Ticket JugendBW ohne weiteren Nachweis erworben werden, Schüler:innen beziehen das Ticket in der Regel über die Schule. Bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres ist ein Ausbildungsnachweis notwendig.

Die beiden Geschäftsführer des Verkehrsverbunds Move, Marlene Volz und Michael Podolski, freuen sich auf das neue Angebot für ihre Kund:innen: „Für alle Bestandskund:innen des bisherigen JugendTicketBW von Move gilt, dass ihre Tickets damit automatisch ab dem 01.12.2023 zu D-Tickets JugendBW mit deutschlandweiter Gültigkeit im Nahverkehr werden – bei unverändertem Preis!“

Bereits zur Verbundgründung Anfang 2023 hat der Verbund seine Abos auf digitale Chipkarten umgestellt. Ein Kartentausch für die rund 25.000 Kund:innen ist daher jetzt nicht notwendig. Damit die ausgegebenen Chipkarten aber deutschlandweit gültig und prüfbar werden, muss lediglich das auf der Chipkarte gespeicherte E-Ticket aktualisiert werden. Die Aktualisierung der Chipkarten ist ganz einfach mit kurzem Kontakt der Chipkarte an einem entsprechenden Gerät möglich. Dazu wird es die folgenden Möglichkeiten geben:

- in den Move KundenCentern in Villingen, Rottweil, Schramberg (ab 07.11.23) und Tuttlingen (ab 08.11.23)

- in Bussen mit geeigneten Fahrscheindruckgeräten / Terminals beim Einstieg in den Bus (ab 07.11.23)
- In einigen Schulen in den drei Landkreisen wird Move in einem Aktionszeitraum im November und Dezember speziell geeignete Tablets zur Verfügung stellen. Dies gilt insbesondere für Gebiete, in denen in den Bussen keine geeigneten Geräte verbaut sind und kein Move KundenCenter in der Nähe ist. Die jeweiligen Termine der Aktionstage in den Schulen werden durch die Schulen bekannt gegeben.



Der Verkehrsverbund im Überblick:

Der Verkehrsverbund Schwarzwald-Baar-Heuberg umfasst die Landkreise Rottweil, Schwarzwald-Baar-Kreis und Tuttlingen und bietet seit dem 01.01.2023 unter der Marke „Move“ einheitliche Tarife für den gesamten öffentlichen Nahverkehr in der Region Schwarzwald-Baar-Heuberg an. Der Verkehrsverbund besteht seit 01.01.2023 als Zweckverband der Landkreise Rottweil, Schwarzwald-Baar-Kreis und Tuttlingen sowie des Landes Baden-Württemberg. Er hat die Aufgaben der drei lokalen Verkehrsverbände VVR (Rottweil), VSB (Schwarzwald-Baar-Kreis) und TuTicket (Landkreis Tuttlingen) übernommen und führt die Aufgaben des Zweckverbands Ringzug weiter.

Nachtlager

für wohnungslose Menschen

(Erfrierungsschutz für Obdachlose in den Wintermonaten)

öffnet wieder ab **2. November 2023**

Schützenstr. 14

(Seiteneingang) in 78532 Tuttlingen

Die Anmeldung erfolgt **ausschließlich:**

Mo-Fr 8-13 Uhr

über die

AWO Fachberatung für Wohnungslose

Karlstr. 33 in Tuttlingen

Tel.: 07461/969076

Der Einlass kann **NUR** nach persönlicher
Vorsprache in der AWO stattfinden.

14 Übernachtungen und dann 14 Nächte Pause!

Plakat: AWO Tuttlingen

Vereinsmitteilungen allgemein

861Kampfkunst



Erneut Karate-Prüfung im Oktober

Aufgrund der großen Anzahl von Kindern, die bei uns trainieren, mussten wir im Oktober die Gürtelprüfungen splitten. Wir dürfen zum weiß-gelben Gurt: Domink Olk, Jaron

Schüle, Viktoria Maier, Lasse Kotte, Marlow Kotte, Sophia Baitaikin, Hannah Heyer, Marlon Junker, Tristan Ascherl und Liam Müller gratulieren. Den gelben Gürtel zur Sportkleidung darf nun Elia und Levin Klemm, Jonah von Briel, Elli-May Brüderle, Nathan Ostrowski, Kimi Friesen, Nikita Nagibin, Milan Hafner-Degen, und Iga Burakiewicz tragen. Über den orangen Gürtel freuen sich Max und Toni Stier, Leon Ditte, Saskia Beck, Paulina Schick, Liam Jetter und Zoey Milles. Ebenfalls dürfen wir zum grünen Gürtel: Matteo Marchese und zum blauen Gürtel Fabian Milles gratulieren.

Karate ist eine Kampfkunst, die nicht nur die körperliche Fitness und Selbstverteidigungsfähigkeiten fördert, sondern die Sicherheit Ihres Kindes verbessern kann.

Hier sind einige Gründe, warum Karate eine gute Wahl für die Sicherheit Ihres Kindes sein kann:

Selbstverteidigung: Karate lehrt Kinder effektive Techniken zur Selbstverteidigung. Sie lernen, sich in gefährlichen Situationen zu verteidigen und sich selbst zu schützen. **Körperliche Fitness:** Durch regelmäßiges Training verbessert Karate die körperliche Fitness Ihres Kindes. Dies hilft ihnen, schneller und stärker zu werden, was ihre Fähigkeit zur Selbstverteidigung weiter stärkt.

Disziplin und Respekt: Karate fördert Disziplin und Respekt gegenüber anderen Menschen. Kinder lernen, Anweisungen zu befolgen, Regeln einzuhalten und respektvoll mit anderen umzugehen.

Konzentration und Aufmerksamkeit: Karate erfordert Konzentration und Aufmerksamkeit auf Details. Kinder lernen, sich auf ihre Umgebung zu konzentrieren und schnell auf Veränderungen zu reagieren.

Selbstvertrauen: Durch das Erlernen von Karatetechniken und das Überwinden von Herausforderungen entwickeln Kinder Selbstvertrauen. Sie lernen, an sich selbst zu glauben und ihre Fähigkeiten einzusetzen.

Stressabbau: Karate hilft Kindern, Stress abzubauen und negative Emotionen zu bewältigen. Das Training bietet eine gesunde Möglichkeit, Spannungen zu reduzieren und den Geist zu beruhigen.

Gemeinschaft und Freundschaften: Karate bietet Kindern die Möglichkeit, Teil einer Gemeinschaft zu sein und neue Freundschaften zu schließen. Sie lernen, mit anderen zusammenzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen.

Karate ist eine großartige Möglichkeit, die Sicherheit Ihres Kindes zu verbessern, indem es die Fähigkeiten zur Selbstverteidigung vermittelt und gleichzeitig die körperliche Fitness, Disziplin und das Selbstvertrauen stärkt.

Adresse

861Kampfkunst Wehingen

Wiesenstraße 12

78564 Wehingen

Kontakt

E-Mail: info@861kampfkunst.de

Tel.: 07463 - 267 1921

Mobil: 0176 4189 5079



Foto: Kampfkunst

Schachring Heuberg Gosheim

Spielbericht

Landesliga

SV Rottweil I - SR Heuberg Gosheim I 5:3

Leider konnten wir auch in Rottweil nur zu siebt antreten, sodass wir von Beginn an mit 1:0 im Hintertreffen waren.

In einer fehlerlosen Partie ließ Stefan Fischer nichts anbrennen und kam zu einem ungefährdeten Remis. Als dann auch Georg Hengstler in einer ausgeglichenen Stellung ins Remis abwickelte, lagen wir mit 1:2 hinten.

Nach wechselhaftem Verlauf erreichte auch Franz Narr in einer spannenden Partie nach turbulenten Kombinationen ein gerechtes Remis.

Als jetzt auch noch Matthias Narr einen gefährlichen Angriff seines Kontrahenten durch brillantes Konterspiel neutralisierte, stand es 3:2 für die Reichsstädter.

Doch jetzt erreichten die Rottweiler die Vorentscheidung, denn Ottmar Stehle konnte ein zweifelhaftes Figurenopfer seines Gegners nicht widerlegen und musste die weiße Fahne hissen.

Als jetzt auch noch Lothar Weber, der durch gutes Spiel einen Mehrbauern erobert hatte, diesen Vorteil gegen die starke gegnerische Verteidigung nicht nutzen konnte und ebenfalls ein Remis erreichte, war unsere Niederlage leider besiegelt.

Und auch die aussichtsreiche Stellung von Dominik Steiner konnte wegen der trickreichen Verteidigung des Gegners ebenfalls nur ins Remis abgewickelt werden.

Durch diese bittere Niederlage stehen wir nach 2 Spieltagen mit 1:3 Punkten schon wieder mitten im Abstiegskampf.

Die Ergebnisse im Einzelnen

unbesetzt	-	Vilkisky	0:1
Matthias Narr	-	Parshin	0,5:0,5
Dominik Steiner	-	Will	0,5:0,5
Ottmar Stehle	-	Eckwert	0:1
Lothar Weber	-	Fuss	0,5:0,5
Georg Hengstler	-	Keller	0,5:0,5
Franz Narr	-	Urbancsek	0,5:0,5
Stefan Fischer	-	Titz	0,5:0,5

Vierermannschaftsblitzturnier in Balingen

Auch vom Schachring Heuberg-Gosheim war bei diesem Turnier eine Mannschaft am Start, um in den Kampf um die ersten drei Plätze einzugreifen, und um sich damit für die Württembergische Meisterschaft zu qualifizieren.

Doch trotz starken Siegen gegen Rottweil und Tuttlingen III, sowie Punkteteilungen gegen Horb, Spaichingen und Albstadt reichte es schlussendlich nur zu Rang 8.

Den Sieg holte sich Verbandsligist Tuttlingen I vor Tuttlingen II und Balingen.

Für den Schachring waren Dominik Steiner, Andreas Speck, Georg Hengstler und Stefan Fischer am Brett.

VdK Sozialverband

Wehingen-Egesheim-Reichenbach

Wintermarkt Wehingen - wir sind dabei

Auf dem Wintermarkt darf der Wehinger VdK Ortsverband nicht fehlen. Wie bereits im vergangenen Jahr werden wir den Stand zusammen mit der **Senioren-gemeinschaft Wehingen** betreiben. Ab 9:00 Uhr finden Sie uns an gewohnter Stelle im Hof der Raumausstattung Hubert Hafen. Neben Kesselwürsten gibt es Kaffee und leckere, selbst gebackene Kuchen. Gegen den Durst bieten wir Glühwein und kalte Getränke und ein gutes Schnäpsle an. Schauen Sie bei uns vorbei. Wir freuen uns über viele Besucher.

Gemeinsame Kirchliche Nachrichten



Evangelische Kirchengemeinde Wehingen

KIRCHLICHE NACHRICHTEN (KW 45/2023)

12.11. – 18.11.2023

Evangelisches Pfarramt Wehingen, Finkenweg 12,
78564 Wehingen, Tel. 07426-7186, Fax 07426-3012,

Pfarrerin Dr. Dorothee Kommer,
E-Mail: pfarramt.wehingen@elkw.de

Spendenkonto:

IBAN: DE60 6435 0070 00006057 80 SOLADES1TUT

Homepage: www.wehingen-evangelisch.de

Öffnungszeiten des Pfarrbüros (Frau Ulla Wildmann):

Mo von 09.00 – 12.00 Uhr und Do. von 14 - 16.30 Uhr.

E-Mail: ursula.wildmann@elkw.de



Auf unserer Homepage

www.wehingen-evangelisch.de

finden Sie weitere Informationen.

Wort der Woche – Vorletzter Sonntag im Kirchenjahr

Wir müssen alle offenbar werden

vor dem Richterstuhl Christi.

2. Kor. 5,10a



Kinderkirche

Kinderkirchtermin für November

- 12. November
- 26. November

Wir beginnen um 09.30 Uhr mit den Erwachsenen in der Christuskirche.

Wir freuen uns auf Euch!

Euer Kinderkirchteam

Ewigkeitssonntag

Alle, die um einen lieben Menschen trauern, laden wir herzlich ein zu unserem Gottesdienst zum Ewigkeitssonntag:

am Sonntag, 26. November, 9.30 Uhr

in der Christuskirche in Wehingen.



Im Vertrauen darauf, dass wir bei Gott geborgen sind im Leben und im Tod, wollen wir in diesen Gottesdiensten die Namen unserer im zu Ende gehenden Kirchenjahr verstorbenen Gemeindeglieder verlesen. Wenn Sie nicht möchten, dass die Namen Ihrer Angehörigen verlesen werden, bitten wir um eine kurze Nachricht ans Pfarramt.

OREN HOUSE
der Gottesdienst für junge Leute

gnadenlos

11.11.2023 - 19 Uhr
Martin-Luther-Kirche - Trossingen

Predigerin: Fabienne Rapp
Studierende an der Missionschule Ulmerweisch aus Schwenningen

Musik von S3
Jahresmusik-Team aus Stuttgart
www.s3stuttgart.de

Leckeress Essen **Lockere Atmosphäre**
Gute Gespräche **Spannende Aktionen**
Zeit mit Gott **Praise & Worship**

Der Kreisweitere Jugendgottesdienst veranstaltet von:

www.jugendwerk.de [instagram.com/ajw_bezirk_sul](https://www.instagram.com/ajw_bezirk_sul) info@ejw-bezirkstul.de
[facebook.com/ajw.bezirkstul](https://www.facebook.com/ajw.bezirkstul) 07424/7524

Plakat: ejw



Foto: Frauengespräche

Heuberger Frauengespräche am
Dienstag, 14. November in Gosheim,
Kath. Gemeindehaus
Von 09.00 bis 11.00 Uhr

„Komme was WOLLE“

Referentin: Bianca Maria Uhl, Theater- und Stimpfpädagogin

Materialtheater rund um die WOLLE – und schon bist du verwickelt

Das Leben fordert uns heraus! Entscheidungen, Veränderungen, Weichenstellungen. Manchmal sind wir schneller in etwas verwickelt als uns lieb ist und manchmal entwickeln sich die Dinge so gar nicht, wie wir wollen.

Komme was WOLLE: Wissenswertes über Schafe und Wolle - Sprachwitz und Wortspiele rund um das Leben und seine Verwicklungen - Gedanken, Geschichten und wollige Einsichten

EINWICKELN – AUSWICKELN – ENTWICKELN

Kontakt: Gabi Schuler Tel. 07426-3497

Rita Hauser Tel. 07426-1385

LIEBE LÄSST SICH EINPACKEN!

Aktionsstart von
„Weihnachten im Schuhkarton“

Geschenke der Hoffnung



Fotos: WIS

Weihnachten im Schuhkarton lädt wieder zum Mitpacken. Bis Mitte November hat jeder Zeit, leere Schuhkartons in tolle Schatzkisten zu verwandeln.

Die Geschenke werden später in Osteuropa von Kirchengemeinden zielgerichtet an bedürftige Kinder verteilt.

Mitmachen ist ganz einfach:

Schuhkarton (ca. 30 x 20 x 10 cm) **dekoriern** > **Empfängerkind wählen** > **„Schatzkiste“ mit neuen Geschenken packen** > **Schuhkarton mit Päckchenspende* bis 15. November abgeben!**

* Um eine sorgfältige Planung und nachhaltige Durchführung der Aktion zu gewährleisten, wird um eine Spende von zehn Euro pro Karton gebeten.

Mehr Informationen, Packtipps und -ideen unter:**www.weihnachten-im-schuhkarton.de****Annahmestellen:**

in Wehingen: Evangelisches Pfarramt
und Schuhhaus Josef Mayer
in Gosheim: Friseursalon Angela Rückert



Im November

Ich wünsche dir Zeit,
um dich selbst
zu besuchen.

Um dich einzuladen
auf eine Tasse Kaffee oder Tee,
dich zu fragen:
Wie geht es dir?
Und dir dann
freundlich zuzuhören.

Ich wünsche dir,
dass du spürst:
Einer sitzt mit dir
am Tisch.

Du und das,
was dich bewegt,
sind gut aufgehoben
bei ihm.

TINA WILLMS

Herzliche Einladung an alle Mitarbeiterinnen des Besuchsdienstes, sowie Interessierte

Wir treffen uns am Dienstag, dem 21. November um 18 Uhr im evangelischen Gemeindesaal in Wehingen.

Unsere Gruppe besucht Kirchenmitglieder zu Ihrem Geburtstag ab dem 75. Lebensjahr. Wir freuen uns über neue Mitarbeiter/innen. Kommen Sie gerne zu unserem Treffen oder rufen Sie mich einfach an. Auf den gemeinsamen Abend freut sich

Martina Feeß

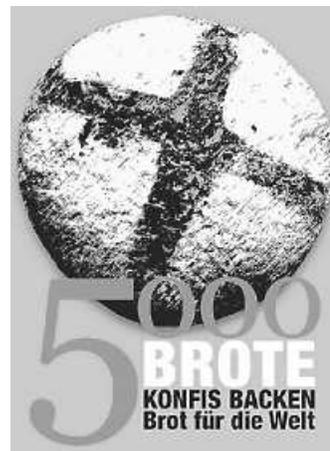


Foto: Brot für die Welt

Aktion 5.000 Brote am Buß- und Betttag

Nehmen Sie nach dem Gottesdienst am Buß- und Betttag ein frisch gebackenes Brot mit nach Hause gegen eine Spende für Brot für die Welt. Die Konfirmanden unserer Gemeinde beteiligen sich an der EKD-weiten Aktion, bei der Konfirmanden in ganz Deutschland 5.000 Brote backen und mit diesem selbst gebackenen Brot für die Welt Kindern und Jugendlichen in Indien, El Salvador und Äthiopien helfen. Wir danken der Bäckerei Weber, Gosheim, die uns für

diese Aktion ihre Backstube geöffnet hat!

Die Konfirmanden treffen sich hierfür am Mittwoch, 15.11. um 14.30 Uhr in der Bäckerei Weber in der Daimlerstraße.

Frühstück für Kinder

alle Kinder von 6 bis 12 Jahre



Foto: ejw Rottweil

Am Samstag, dem 11. November 2023 in Wehingen, Gemeindesaal **Gemeinsam singen, beten, basteln und spielen macht doch viel mehr Spaß!**

Unkostenbeitrag € 3,-

Wir bitten um telefonische Anmeldung im Evang. Gemeindebüro Rottweil, Tel.: 0741-175003-10 oder per Mail: gemeindebuero.rottweil@elkw.de



In der **TROSSINGER TAFEL** können Menschen in und um Trossingen mit geringem Einkommen zu besonders günstigen Preisen (ca. 80 % unter Normalpreis) Lebensmittel einkaufen.

Zu den Gottesdienstzeiten in der Christuskirche steht immer eine Kiste für die Spenden bereit.

Auch im Pfarramt in Wehingen können Sie Ihre Spende während den Bürozeiten abgeben.

Montags (09:00-12:00 Uhr) und am Donnerstagnachmittag (14:00-17:00 Uhr).



Fotos: Gemeindebrief

Wir bieten Ihnen wieder feste Taufsonntage an. Wenn Sie Ihr Kind gerne taufen lassen wollen, melden Sie sich auf dem Pfarramt.

Der nächste Termin ist am 10. Dezember 2023 in der Christuskirche.

Gottesdienste**Sonntag, 12. November****(Drittletzter Sonntag im Kirchenjahr)**

09.30 Uhr Gottesdienst mit Taufe in Wehingen, Christuskirche (Pfrin. D. Kommer)

09.30 Uhr Kindergottesdienst in Wehingen, Beginn in der Kirche

Sonntag, 19. November**(Vorletzter Sonntag im Kirchenjahr)**

09.30 Uhr Bittgottesdienst für den Frieden in Wehingen, Christuskirche (Pfrin. D. Kommer)

Mittwoch, 22. November (Buß- und Bettag)

19.00 Uhr Gottesdienst mit Abendmahl (Saft) in Wehingen, Christuskirche (Pfrin. D. Kommer)

Nach dem Gottesdienst Brotverkauf der Konfirmanden gegen Spende für Brot für die Welt.

Sonntag, 26. November (Ewigkeitssonntag)

09.30 Uhr Gottesdienst in Wehingen, Christuskirche (Pfrin. D. Kommer)

09.30 Uhr Kindergottesdienst in Wehingen, Beginn in der Kirche

Wochenveranstaltungen**Montag, 13. November**

19.00 Uhr Hauskreis Rückert in Gosheim, Frisörsalon Rückert

Dienstag, 14. November

09.00 Uhr Heuberger Frauengespräche in Gosheim, kath. Gemeindehaus

10.00 Uhr Krabbelgruppe in Gosheim, Lembergstr. 1

Mittwoch, 15. November

14.30 Uhr Konfirmandenunterricht - Treffpunkt Bäckerei Weber, Daimlerstraße

19.30 Uhr öffentl. Kirchengemeinderatssitzung in Wehingen, Gemeindesaal

Donnerstag, 16. November

14.00 Uhr Krabbelgruppe in Gosheim, Lembergstr. 1 (auf Anfrage)

19.30 Uhr Posaunenchorprobe in Wehingen, Gemeindesaal



Wassonstnochinteressiert

Aus dem Verlag**Herbstbäume**

Nebelkalter Morgen
Welt noch verborgen
versunken in Träume
Herbstbäume
leuchten
in der Sonne erwacht
in bunter Pracht
Brigitte Thiessen

Piroggen mit Pilz-Kartoffel-Füllung und Spitzkohl

Rainer Klutsch macht Piroggen - gefüllte Teigtaschen mit Kartoffeln und Pilzen. Dazu gibt es gedünsteten Spitzkohl. Fix fertig und hinreißend delikats.

Portionen: 4

Zubereitungszeit: 1,5 Stunden

Schwierigkeitsgrad: leicht

Koch/Köchin: Rainer Klutsch

Zutaten**Für den Teig:**

- 350 g Weizenmehl
- 150 ml Wasser, warm
- 0,5 TL Salz
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 2 EL Butter

Für die Füllung:

- 200 g Kartoffeln, mehligkochend
- 200 g Pilze, z. B. Champignons, Kräuterseitlinge
- 1 Zwiebel
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 EL Sonnenblumenöl
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

Für den Spitzkohl:

- 500 g Spitzkohl
- etwas Salz
- 2 EL Butter
- 2 EL Zucker, braun
- 2 EL Balsamessig, hell
- 50 ml Gemüsebrühe
- etwas Pfeffer
- 4 Wacholderkörner
- 0,5 Bund Petersilie

Zubereitung

- Für den Teig** Mehl, Wasser, Salz und Öl in eine Rührschüssel geben und zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig abdecken und ca. 30 Minuten ruhen lassen.
- Für die Füllung** Kartoffeln abbrausen und in Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Pilze putzen und fein würfeln. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Schnittlauch abbrausen und in Röllchen schneiden.
- Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und die Schalen abziehen.
- Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel darin andünsten. Pilze zugeben und weitere ca. 5-7 Minuten dünsten.
- Pilz-Zwiebel-Mix herausnehmen und auf einem Teller abkühlen lassen.
- Kartoffeln durch eine Presse, in eine Schale drücken. Zwiebel-Pilz-Mix und Schnittlauch zugeben und verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Den Teig ca. 2 mm dünn ausrollen und Kreise (ca. 10 cm Durchmesser) ausstechen.
- Die Teigländer mit etwas Wasser bestreichen. Jeweils auf eine Hälfte des Teigkreises 1 Teelöffel Füllung geben und überklappen. Die Ränder mit einer Gabel andrücken. Teigtaschen abgedeckt kühl stellen.
- Inzwischen **den Spitzkohl** putzen, abbrausen und vierteln. Strunk und dicke Blattrippen ausschneiden. Kohl in Streifen schneiden.
- Butter in einem Topf erhitzen. Zucker zugeben leicht karamellisieren lassen. Essig, Brühe, Salz, Pfeffer, Wacholderkörner, Lorbeerblatt und den Kohl zufügen. Zugedeckt ca. 8-10 Minuten schmoren.
- Die Teigtaschen** in reichlich siedendem Salzwasser ca. 6 Minuten gar ziehen lassen, bis die Piroggen an die Oberfläche steigen. Piroggen herausnehmen und abtropfen lassen.
- Butter in der Pfanne erhitzen. Die Piroggen darin rundherum ca. 2 Minuten schwenken.
- Für den Spitzkohl Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden und zum Spitzkohl geben.
- Piroggen und Kohl anrichten und servieren.

Quelle: Kaffee oder Tee, Mo. – Fr., 16.05 – 18.00 Uhr, im SWR