



## Amtliche Bekanntmachungen

### Bürgermeisteramt informiert

In der Zeit vom **24.08.2020 bis 11.09.2020** können aufgrund der Abwesenheit der Sachbearbeiterin auf dem Rathaus in Bleibach keine Rentenangelegenheiten bearbeitet werden.

Auskünfte hierüber können bei der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg Regionalzentrum Freiburg Telefon-Nr.: 0761/20707-0 eingeholt werden. Wir bitten um Beachtung.

Ihre Gemeindeverwaltung

### Während der Sommerferien steht das Bauamt nur eingeschränkt zur Verfügung

Am Montag, 31.08.2020 bleibt das Bauamt ganztags geschlossen. In der Zeit vom 01.09.2020 bis einschließlich 18.09.2020 können Bauantragsverfahren aufgrund der urlaubsbedingten Abwesenheit der Mitarbeiterin nicht bearbeitet werden.

Bitte beachten Sie dieses für Ihre Planung.

Ihre Gemeindeverwaltung

### Die Gemeinde Gutach im Breisgau gratuliert



### Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

Allen Altersjubilaren, die in diesem Monat ihren Geburtstag feiern und aufgrund gesetzlicher Vorgaben oder namentlich nicht genannt werden möchten, gratulieren wir recht herzlich und wünschen ihnen alles Gute, vor allem Gesundheit und persönliches Wohlergehen.

## Bekanntmachungen anderer Behörden

### Mitteilungen des Landratsamtes Emmendingen



### Abfallwirtschaft Müllabfuhr ab September wieder alle zwei Wochen

Mit dem August geht auch die wöchentliche Leerung der grauen Tonne zu Ende, die nur in den Sommermonaten Juli und August galt. **Ab September werden die Mülltonnen wieder alle zwei Wochen am gewohnten Wochentag geleert.** Die genauen Termine stehen im Abfallkalender. Für die Papiertonnen und Gelben Säcke ergeben sich keine Änderungen.

### Bundesagentur für Arbeit Agentur für Arbeit Freiburg



### Wichtige Infos für Arbeitgeber zum Thema Kurzarbeitergeld

Auszahlungsanträge auf Kurzarbeitergeld dürfen erst nach Ablauf des Monats eingereicht werden, für den Kurzarbeitergeld abgerechnet wird. Vorfristig eingereichte Abrechnungen können nicht mehr akzeptiert werden. Diese müssen im Folgemonat erneut eingereicht werden oder es bedarf im Folgemonat einer Zusatzklärung. Um Verzögerungen in der Leistungsbearbeitung zu vermeiden, sollen Arbeitgeber darauf achten. Die Pflicht Kurzarbeit bis zum Ablauf des Monats anzuzeigen, in dem erstmals Kurzarbeit durchgeführt wird, besteht weiterhin.



Wir suchen zum 01.10.2020 für unsere Kommunale Kinderkrippe Schatzkiste eine/n:

### Erzieher/-in (m/w/d)

In der kommunalen Kinderkrippe werden Kinder im Alter von 1 – 4 Jahren betreut.

Es handelt sich um eine vorerst bis zum 30.09.2021 befristete Teilzeitstelle mit einem Umfang von ca. 70 – 85 %. Die Arbeitszeiten sind vormittags.

Die Anstellung und Vergütung richtet sich nach dem TVöD – SUE.

Wir suchen eine aufgeschlossene Persönlichkeit mit Engagement, Sicherheit und Verantwortungsbewusstsein im Umgang mit Kindern.

#### Ihr Profil:

- abgeschlossene Ausbildung zur/zum Erzieher/-in
- Spaß und Phantasie in der pädagogischen Arbeit mit Kleinkindern und Kindergartenkindern, einfühlsamer und wertschätzender Umgang mit Eltern sowie Teamfähigkeit und Flexibilität.

Wir bieten Ihnen die Mitarbeit in einem aufgeschlossenen, modernen und qualifiziertem Team.

#### Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann senden Sie Ihre Bewerbungsunterlagen **bis zum 13. September 2020** an

Gemeindeverwaltung Gutach im Breisgau,  
Personalamt, Dorfstr. 33,  
79261 Gutach im Breisgau.

Gerne auch per E-Mail an: [personalamt@gutach.de](mailto:personalamt@gutach.de)

Für weitere Auskünfte steht Ihnen Frau Kury-Hauk (Krippenleiterin, 07685/9101-77) gerne zur Verfügung.

# WICHTIGE RUFNUMMERN, NOTDIENSTE UND BEREITSCHAFTSDIENSTE



## ■ NOTDIENSTE

### Arzt

An Werktagen nach 18 Uhr ist der diensthabende Arzt durch Anruf beim Hausarzt zu erfahren.

Außerhalb der regulären Sprechzeiten der Arztpraxen ist der **ärztliche, kinderärztliche, gynäkologische und augenärztliche Bereitschaftsdienst unter Tel. 116 117** zu erreichen.

An Wochenenden und Feiertagen ist der zahnärztliche Notfalldienst unter Tel.: 0180 3222555-70 erreichbar.

### In Notfällen:

Notruf Polizei:	110
Notruf Feuerwehr, Notarzt, Rettungsdienst:	112
Kinderärztlicher Notfalldienst:	116117
Augenärztlicher Notfalldienst:	116117
Rufnummer Krankentransport:	19222
Gift-Notrufzentrale:	0761 19240
Notruf-Fax an die Rettungs- und Feuerwehrleitstelle:	07641 4601-77 (nur für schwerhörige, ertaubte, gehörlose und sprachgeschädigte Personen).

**Rufnummer für den ärztlichen Notfalldienst (allgemein-, kinder-, augen- und HNO-ärztlicher Notfalldienst): 116117 (Anruf ist kostenlos)**

**Öffnungszeiten und Anschrift der Notfallpraxis:**

### Allgemeine Notfallpraxis Freiburg

Universitätsklinikum Freiburg  
Sir-Hans-A.-Krebs-Straße, 79106 Freiburg  
Mo, Di, Do 20 - 24 Uhr  
Mi und Fr 16 - 24 Uhr  
Sa, So u. an Feiertagen 08 - 24 Uhr

### Kinderärztliche Notfallpraxis Freiburg

St. Josephs-Krankenhaus, Sautierstraße 1, 79104 Freiburg  
Mo - Do 19 - 22.30 Uhr  
Fr 16 - 22.30 Uhr  
Sa, So u. an Feiertagen 08 - 22.30 Uhr

### Augenärztliche Notfallpraxis Freiburg

Mo, Di, Do 19 - 22 Uhr

### Universitätsaugenklinik Freiburg

Killianstraße 5, 79106 Freiburg  
Mi 13 - 22 Uhr, Fr 16 - 22 Uhr  
Sa, So u. an Feiertagen 08 - 22 Uhr

### Öffnungszeiten der Notfallpraxis am Kreiskrankenhaus Emmendingen:

Montag, Dienstag und Donnerstag von 19 bis 22 Uhr  
Mittwoch und Freitag von 16 bis 22 Uhr  
Samstag, Sonn- und Feiertage 8 bis 22 Uhr (vorherige Anmeldung nicht erforderlich)

## ■ APOTHEKEN-NOTDIENSTE

Dienstbereitschaft von 8:30 Uhr bis 8:30 Uhr des folgenden Tages:

### Di., 25.08.

**Aesculap-Apotheke, Teningen (Köndringen)**  
Bahnhofstr. 3, Tel. 07641 54300

### Severin-Apotheke, Denzlingen

Alemannenstr. 17, Tel. 07666 5844

### Mi., 26.08.

### Waldhorn-Apotheke, Sexau

Emmendinger Str. 6, Tel. 07641 47575

### Do., 27.08.

### Apotheke auf der Bleiche, Emmendingen

Lessingstr. 19, Tel. 07641 51852

### Schwarzwald-Apotheke, Simonswald

Talstr. 36 A, Tel. 07683 794

### Fr., 28.08.

### Bürkle-Apotheke, Emmendingen

Schillerstr. 19, Tel. 07641 42301

### Schwarzwald-Apotheke, Simonswald

Talstr. 36 A, Tel. 07683 794

### Sa., 29.08.

### Apotheke im Kohlerhof, Denzlingen

Rosenstr. 1, Tel. 07666 949110

### So., 30.08.

### Breisingau-Apotheke, Teningen

Alemannenstr. 2 A, Tel. 07641 8460

### Kandel-Apotheke im Gesundheitszentrum, Waldkirch

Fabrik Sonntag 5 A, Tel. 07681 4925250

### Mo., 31.08.

### easyApotheke, Emmendingen

Freiburger Str. 4, Tel. 07641 954280

### Di., 01.09.

### Stadt-Apotheke, Waldkirch

Lange Str. 37, Tel. 07681 479110

## ■ TIERÄRZTLICHER

### BEREITSCHAFTSDIENST

Dr. Bretzinger, Glottertal

Winterbachstr. 13, Tel. 07684 90890

Dr. Brodauf, Emmendingen

Gottfried-Keller-Weg 4, Tel. 07641 54636

## ■ NOTDIENST FÜR

### STROM/STRASSENBELEUCHTUNG

Netze BW GmbH, Region Rheinhausen, Störungsmeldestelle 0800 3629477

## ■ NOTDIENST FÜR WASSER:

Tel. 0170 6313727

## ■ RECYCLINGHOF/GRÜNSCHNITT-SAMMELPLATZ BLEIBACH

Hintermatte 2, Öffnungszeiten:

Freitag 13:00 bis 17:00 Uhr und

Samstag 9:00 bis 14:00 Uhr

Von April bis Mitte Oktober jeden Mittwoch von 16:00 bis 19:00 Uhr (nur Grünschnittsammelplatz).

## ■ FACHSTELLE SUCHT

### Beratung, Behandlung, Prävention

Friedhofstr. 1, Waldkirch, Tel. 07681 24623,

Dienstag, Donnerstag 10:00 – 17:00 Uhr

## ■ EMMA

Jugend- und Drogenberatung  
Friedhofstr. 1

Tel. 07681 3891 und 07641 41970

## ■ PFLEGESTÜTZPUNKT IM LANDKREIS EMMENDINGEN

Pflegestützpunkt im Landkreis Emmendingen

montags von 10 bis 15 Uhr Außensprechzeit im Bürgertreff in Waldkirch-Kollnau, Hildastr. 2 a

Ansonsten in Emmendingen, Romaneistraße 3.

Vorherige Terminvereinbarung erwünscht unter Tel.: 07641 451-3091, -3095, -3025  
E-Mail: pflegestuetzpunkt@landkreis-emmendingen.de

## ■ KREISSENIORENRAT DES LANDKREISES EMMENDINGEN:

www.kreissenorenrat-emmendingen.de

## ■ ERGÄNZENDE UNABHÄNGIGE TEILHABEBERATUNG FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG (EUTB)

Die EUTB berät nach dem Grundsatz „Eine für alle“ zu sämtlichen Fragen, die sich für Menschen mit Behinderung und deren Angehörige stellen. Die Beratung ist kostenfrei.

### EUTB Lebenshilfe KV Emmendingen e.V.

Karl-Friedrich-Str. 68/1, 79312 Emmendingen  
07641/93341-214 (Fr. Hoffmann)

### Außensprechstunde in Waldkirch freitagnachmittags

**Termine bitte telefonisch vereinbaren.**

### EUTB Diakonisches Werk Emmendingen

Karl-Friedrich-Str. 20, 79312 Emmendingen  
Telefon: 07641/9185-13 (Hr. Hensel)  
Telefon: 07641/9185-16 (Fr. Funk)

### Außensprechstunde in Herbolzheim dienstagsvormittags

**Termine bitte telefonisch vereinbaren.**

### EUTB Deutsches Rotes Kreuz KV Emmendingen e.V.

Milchhofstr. 1b, 79312 Emmendingen  
Telefon: 07641/96212-65 (Fr. Thiemann/Fr. Gungl)

### Außensprechstunde donnerstagnachmittags

**in Endingen, Tel.: 0152-56808748  
in Elzach, Tel.: 0152-09272764**

## ■ ÄRZTLICHE/SOZIALE DIENSTE

Kirchl. Sozialstation St. Elisabeth e.V., Ambulanter Pflege- und Betreuungsdienst und

Kompetenzzentrum Demenz  
Waldkirch, Kirchstr. 16,

Tel. 07681/40720

Geschäftsstelle in Gutach, Uferweg 2,

Tel. 07681/4921515

## Kinderbonus kommt ohne Antrag

### Auszahlung durch Familienkasse

Die Bundesregierung hat am 29. Juni 2020 den Kinderbonus in Höhe von insgesamt 300 € verabschiedet, um Familien in der Corona-Krise zu unterstützen. Den Kinderbonus gibt es für jedes Kind, für das in mindestens einem Monat im Jahr 2020 ein Anspruch auf Kindergeld besteht. Der Kinderbonus wird nicht auf Sozialleistungen angerechnet. Sie müssen den Kinderbonus nicht beantragen. Der Kinderbonus wird für alle Kinder, für die im September 2020 Anspruch auf Kindergeld besteht, in zwei Raten automatisch durch die zuständige Familienkasse ausgezahlt. Die Auszahlung erfolgt im September 2020 in Höhe von 200 € und im Oktober 2020 in Höhe von 100 €.

Für Kinder, für die in einem anderen Monat im Jahr 2020 Anspruch auf Kindergeld besteht, wird der Kinderbonus gegebenenfalls zu einem anderen Zeitpunkt, jedoch nicht vor September 2020, ausgezahlt. Auch in diesen Fällen erfolgt die Auszahlung in der Regel in zwei Raten. Der Kinderbonus wird nicht zusammen mit dem Kindergeld ausgezahlt, sondern als eigene Zahlung.

Weitere Informationen und Antworten auf häufig gestellte Fragen zum Kinderbonus erhalten Sie im Internet auf der Sonderseite zum Kinderbonus:

[www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kinderbonus](http://www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kinderbonus)

## Industrie- und Handelskammer

### Ausbildungsprämie: Digitale Bescheinigung der IHK beschleunigt Förderprozess

#### Bequeme und einfache Erledigung durch automatisierten Onlineprozess

*Rechtzeitig zum Ausbildungsstart unterstützt das Bundesprogramm „Ausbildungsplätze sichern“ von Corona besonders betroffene Ausbildungsbetriebe und soll sie dazu motivieren, ihr Ausbildungsplatzangebot aufrechtzuerhalten oder sogar zu erhöhen. Die Antragsstellung und Abwicklung läuft über die Agentur für Arbeit. Für den Antrag wird eine Bescheinigung der IHK über die eingetragenen Ausbildungsverhältnisse benötigt. Damit dies für die Betriebe möglichst schnell und unkompliziert läuft, hat die IHK Südlicher Oberrhein einen digitalen Prozess entwickelt, mit dem die Erstellung der Online-Bescheinigung möglich ist.*

Um die Folgen der Covid-19-Pandemie auf den Lehrstellenmarkt abzufedern, stehen insgesamt 500 Millionen Euro für kleine und mittlere Unternehmen in den Jahren 2020 und 2021 als Ausbildungsprämie bereit. Gefördert werden von der Pandemie betroffene Betriebe mit bis zu 249 Beschäftigten, die eine Berufsausbildung in anerkannten Ausbildungsberufen oder in den bundes- und landesrechtlich geregelten praxisintegrierten Ausbildungen im Gesundheits- und Sozialwesen durchführen. „Unsere Betriebe sind auf diese Hilfe dringend angewiesen und haben bereits darauf gewartet. Wir freuen uns, dass das Programm angelaufen ist, denn damit kann sichergestellt werden, dass viele junge Menschen eine Ausbildung beginnen und auch erfolgreich abschließen können“, sagt Simon Kaiser, Leiter Aus- und Weiterbildung bei der IHK Südlicher Oberrhein.

Neu ist das digitale Bescheinigungsverfahren. Hier hat die IHK Südlicher Oberrhein (als führende IHK für Digitalisierung) gemeinsam mit der IHK Stuttgart (als Schwerpunktkammer für Aus- und Weiterbildung) einen digitalen Prozess entwickelt. „Die erwartete Masse von rund 1.000 Anträgen allein für die Region Südlicher Oberrhein rechtfertigt diesen Aufwand. Damit beschleunigen wir den Prozess sowohl für die Betriebe als auch für die IHK-Mitarbeiter, die die Bescheinigungen bearbeiten“, erklärt Jens Fröhner, Leiter Digitalisierungsprozesse und Organisationsentwicklung bei der IHK Südlicher Oberrhein. Denn die digitale Ausstellung der Bescheinigung ermöglicht eine große Zeitersparnis: Die Bescheinigungen müssen nicht heruntergeladen, ausgefüllt und wieder eingescannt werden, sondern können direkt über ein Online-Formular gestellt werden. Kommt das Formular bei der IHK an, wird es automatisch bearbeitet. „Ohne die Anwendung müssten die Mitarbeiter beispielsweise manuell jeden Auszubildenden herausuchen, der nach den Kriterien vom Land förderfähig ist, und an den Betrieb zurückspielen. Bei unserem Prozess werden die Daten hingegen einfach automatisch mit unserer Datenbank abgeglichen“, be-

schreibt Fröhner. Seit Montag, 17. August ist die Erstellung der Online-Bescheinigung bei der IHK Südlicher Oberrhein möglich. Zeitgleich wird der Prozess auch bei der IHK Stuttgart gestartet. Weitere IHKs in Baden-Württemberg sollen folgen.

*Mehr Informationen sowie den Link zur digitalen Antragsstellung finden Betriebe ab heute unter [www.suedlicher-oberrhein.ihk.de](http://www.suedlicher-oberrhein.ihk.de) unter Eingabe der Nummer 4830010 in das Suchfeld.*

## Naturpark Südschwarzwald

### Ab Herbst 2020 startet erneut die Weiterbildung zum „Gästeführer im Naturpark Südschwarzwald“

#### Für alle Interessierten findet am 23. September 2020 eine Infoveranstaltung in den Räumen der VHS in Neustadt statt.

Im Rahmen des Informationstermins am Mittwoch, 23.09.2020, um 17:00 Uhr im Seminarraum 2 der VHS in Neustadt (Sebastian-Kneipp-Anlage 2) wird das Lehrgangskonzept ausführlich erläutert. Informationsflyer und Zeitplan sind bei der VHS Hochschwarzwald, Tel. 07651 1363, und bei der VHS Markgräflerland, Tel: 07631 16686, erhältlich.

## Polizeipräsidium Freiburg



### Erneute Warnung vor dem Enkeltrick und anderen Betrügern am Telefon

#### Erneut wurden professionelle Betrüger am Mittwoch, 19.08.2020, gegen 13:00 Uhr bei einem Rentnerhepaar in einer Freiburger Umlandgemeinde aktiv.

Eine unbekannte Täterin gab sich in einem Telefonanruf als vermeintliche Verwandtschaft aus und versuchte an Geld von den Geschädigten für die angebliche Begleichung einer Unfallrechnung zu gelangen. Mit der frei erfundenen Geschichte überzeugte die Täterin das Ehepaar, einen fünfstelligen Bargeldbetrag von deren Konto abzuheben und ihr das Geld anschließend zu übergeben. Letztendlich schöpfte das geschädigte Ehepaar dann doch Verdacht und erstattete bei der Polizei Strafanzeige.

Die Polizei warnt nochmals und gibt folgende Tipps und Hinweise:

- Die Polizei oder Behörden werden Sie am Telefon niemals um Geldbeträge bitten.
- Geben Sie am Telefon keine Details zu Ihren finanziellen Verhältnissen oder Ihren Wertgegenständen preis.
- Lassen Sie sich am Telefon nicht unter Druck setzen. Legen Sie einfach auf.
- Benutzen Sie NICHT die Rückruffunktion, da Sie sonst wieder bei dem Anrufer und Täter landen könnten.
- Übergeben Sie niemals Geld an unbekannte Personen.
- Lassen Sie grundsätzlich keine Unbekannten in Ihre Wohnung.
- Fordern Sie von angeblichen Amtspersonen, zum Beispiel Polizisten, den Dienstaussweis.
- Sie haben etwas Verdächtiges erlebt oder sind womöglich Opfer geworden? Melden Sie sich sofort über Notruf 110.

Mehr Informationen zum Thema gibt es unter [www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/betrug/](http://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/betrug/)

## IMPRESSUM

### Herausgeber:

Gemeindeverwaltung  
Gutach im Breisgau  
Dorfstraße 33,  
79261 Gutach im Breisgau

**Verantwortlich für den amtlichen Inhalt, alle sonstigen Verantwortungen und Mitteilungen ist** Bürgermeister Urban Singler oder sein Vertreter im Amt

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

### Druck und Verlag:

NUSSBAUM MEDIEN  
Rottweil GmbH & Co. KG,  
Durschstraße 70,  
78628 Rottweil,  
Telefon 0741 5340-0,  
Fax 07033 3204928

### Vertrieb:

G.S. Vertriebs GmbH,  
Josef-Beyerle-Str. 2,  
71263 Weil der Stadt,  
Tel. 07033 6924-0,  
E-Mail: [info@gsvertrieb.de](mailto:info@gsvertrieb.de),  
Internet: [www.gsvvertrieb.de](http://www.gsvvertrieb.de)

Es gilt die jeweils aktuelle Anzeigen-Preisliste.

## Kirchliche Nachrichten

### Seelsorgeeinheit Mittleres Elz- und Simonswäldertal



#### Kirchliche Mitteilungen 29.08.2020 – 06.09.2020

- Sa, 29.08. Enthauptung Johannes des Täufers**  
18:30 Gutach **Eucharistiefeier am Vorabend**
- So, 30.08. 22. SONNTAG IM JAHRESKREIS**  
09:00 Obersimonswald **Eucharistiefeier** - Walter Kremp  
10:30 Bleibach **Eucharistiefeier**
- Di, 01.09. Dienstag der 22. Woche im Jahreskreis**  
18:30 Untersimonswald **Eucharistiefeier**  
- Zu Ehren der Schutzengel
- Mi, 02.09. Mittwoch der 22. Woche im Jahreskreis**  
08:00 Obersimonswald **Eucharistiefeier**
- Do, 03.09. Heiliger Gregor der Große, Papst, Kirchenlehrer (604)**  
18:00 Siegelau Rosenkranz  
18:30 Siegelau **Eucharistiefeier**
- Fr, 04.09. Freitag der 22. Woche im Jahreskreis, Herz-Jesu-Freitag**  
18:30 Gutach **Eucharistiefeier** - Herz-Jesu-Freitag mit eucharistischer Anbetung
- Sa, 05.09. Heilige Mutter Teresa von Kalkutta (1997) Corona-Sonderkollekte**  
18:30 Untersimonswald **Eucharistiefeier am Vorabend** - Franz Fehrenbach, Ackerhof / Theresia Hug geb. Baumer, Schingerhof
- So, 06.09. 23. SONNTAG IM JAHRESKREIS Corona-Sonderkollekte**  
09:00 Siegelau **Eucharistiefeier**  
10:30 Bleibach **Eucharistiefeier** - Frieda u. Josef Bucher / Lina Ambs (JM)  
12:00 Obersimonswald Taufe: Lotta Thoma

#### Öffnungszeiten Pfarrbüro

In der Zeit vom 24.08. bis 04. 09. sind die Pfarrbüros wie folgt geöffnet:

Montag:	9:00 – 11:30 Uhr in Simonswald
Dienstag	10:00 – 12:00 Uhr in Gutach
Mittwoch	16:00 – 18:00 Uhr in Simonswald
Donnerstag	10:00 – 12:00 Uhr in Gutach

#### Bischofskonferenz, Bistümer, weltkirchliche Hilfswerke und Orden rufen zu Spenden auf – Sonderkollekte am 6. September 2020

Angesichts der dramatischen globalen Auswirkungen der Corona-Pandemie starten die Deutsche Bischofskonferenz, die (Erz-) Diözesen, die weltkirchlichen Hilfswerke und die Ordensgemeinschaften eine gemeinsame internationale Solidaritätsaktion für die Leidtragenden der Pandemie. Im Mittelpunkt steht dabei der erste Sonntag im September (6. September 2020), den die Deutsche Bischofskonferenz zum „Sonntag der Solidarität“ ausgerufen hat. An diesem Tag soll in allen Gottesdiensten eine Sonderkollekte abgehalten werden. Darüber hinaus werden Spenden zur Finanzierung internationaler Projekte eingeworben.

#### Quellenwoche für Frauen des Dekanats Edingen-Waldkirch

Nach jetzigem Stand wird die Quellenwoche des Dekanats Edingen-Waldkirch wie geplant, aber mit reduzierter Teilnehmerinnenzahl vom 2. bis 6. November stattfinden können. Frauen bekommen auf einer Quellenwoche die Gelegenheit, Kraft zu tanken und mit anderen Frauen inspirierende Tage zu verbringen im Haus St. Benedikt, dem Gästehaus des Klosters St. Lioba in Freiburg. Geist und Seele werden angesprochen in Gesprächsrunden, die Lebensthemen aufgreifen und neue Impulse für den Alltag geben können. Regelmäßige Gebetszeiten und Zeiten der Stille sowie Kreativangebote geben den Tagen eine ganz eigene spirituelle Prägung. Eine reizvolle Landschaft, die zum Schauen,

Spaziergehen und Wandern einlädt, und verschiedene Freizeitangebote tragen zur körperlichen Erholung bei.

Die Quellenwochen sind ein Angebot der kfd und richten sich an alle Frauen des Dekanats. Weitere Informationen und Anmeldung bei Elisabeth Speinle Tel. 07682/7617 oder Angelika Gutsch Tel. 07685 90 86 44. Anmeldeschluss ist der 5. Oktober 2020.

**Pfarrbüro Gutach**, Alexanderstr. 9, 79261 Gutach  
Mo/Di/Do 10-12 Uhr u. Mo 16-18 Uhr, Tel. 07681/7113

*Pfarrsekretariat: Anita Gehring*

pfarrbuero.gutach@kath-semes.de

*Pfarrer Rolf Paschke* Tel. 07681/4943667

rolf.paschke@kath-semes.de

*Pater Thomas*, 07685/9139635 pater.thomas@kath-semes.de

*Diakon Günter Hin*, guenter.hin@kath-semes.de

**Pfarrbüro Simonswald**, Kirchstr. 8, 79261 Untersimonswald  
Mo/Do 9-11.30 Uhr u. Mi 16-18 Uhr, Tel. 07683/246

*Pfarrsekretariat: Johanna Stratz*

pfarrbuero.simonswald@kath-semes.de

*Pastoralreferentin Eva Baumgartner* Tel. 07683/919842

eva.baumgartner@kath-semes.de

*Gemeindereferentin Bernadette Lehrer-Weber* Tel 07683/919842

bernadette.lehrer@kath-semes.de

**Homepage:** www.kath-semes.de

### Evang. Paul-Gerhardt-Gemeinde Kollnau-Gutach



#### Sonntag, 30.08.2020

kein Gottesdienst in der ev. Paul-Gerhardt-Kirche

#### Donnerstag, 03.09.2020

19:00 Uhr - ökum. Bibelarbeitskreis im Gemeindehaus mit Herr Uth

#### Sonntag, 06.09.2020

10:00 Uhr - Gottesdienst in der ev. Paul-Gerhardt-Kirche mit Prädikantin Dorothee Schulze

## Vereinsnachrichten

### Bürgertreff Pferdestall Gutshof



**Der "Bürgertreff Pferdestall" ist ab sofort wieder am Donnerstag ab 14:30 Uhr geöffnet!**

#### Donnerstag ist Markttag

- Metzgerei Schuler - Bäckerei Wölfler -

- Obst/Gemüse Meier -

14:30 Uhr bis 17:00 Uhr

### DRK Ortsverein Gutach-Bleibach e.V.



#### DRK-Blutspendedienst

Baden-Württemberg | Hessen  
gemeinnützige GmbH

**Blut spenden und mit etwas Glück einen „Weber- Gasgrill Spirit E-320 GBS Original“ gewinnen.**

**Besonders im Sommer werden Blutkonserven knapp. Im August und September verlost der DRK-Blutspendedienst unter allen Blutspendern jede Woche einen Weber-Gasgrill.**

Lebensretter werden das ganze Jahr über gebraucht! Besonders in den Sommermonaten werden Blutkonserven knapp. Die Gründe dafür sind vielfältig und naheliegender zugleich: Der Sommer lockt mit vielen schönen Aktivitäten und Ausflügen. Leider machen Unfälle, Krebs- und Herzerkrankungen sowie Komplikationen bei Operationen keinen Urlaub. Patienten sind das gesamte Jahr auf Blutspenden angewiesen.

**Bitte spenden Sie Blut am:**

**Mittwoch, dem 02.09.2020 von 15:00 Uhr bis 19:30 Uhr**  
**Festhalle, Raufeldstraße 4**  
**79261 Gutach-Bleibach**

**Leben retten und mit etwas Glück einen Weber-Gasgrill gewinnen**

Jeder Spender trägt maßgeblich dazu bei, dass das Schicksal der Patienten positiv gestaltet werden kann. Als zusätzlichen Anreiz verlost der DRK-Blutspendedienst Baden-Württemberg und Hessen vom 3. August bis 11. September 2020 jede Woche unter allen Blutspendern einen Weber Gasgrill Spirit E-320 GBS Original und drei exklusive Grill-Chefschürzen. Die Sommeraktion gilt bei allen DRK-Blutspendeterminen in Baden-Württemberg und Hessen. Die Blutspende findet aktuell ausschließlich mit vorheriger Terminreservierung statt. Spender können sich online ihren Blutspendetermin unter dem nachfolgenden Link reservieren:

**<https://terminreservierung.blutspende.de/m/gutach-bleibach-festhalle>**

Bei Rückfragen können Spender und Spendeninteressierte sich an die kostenlose Hotline unter **0800 11 949 11** wenden.

**Zusammen mit guter Tat und gutem Gefühl durch den Sommer.**

**Gewerbeverein Gutach im Breisgau e.V.****Einladung zur „Außerordentlichen Mitgliederversammlung“ des Gewerbeverein Gutach e.V.**

Die Versammlung findet, unter Beachtung der aktuellen Corona-Vorschriften, **am Donnerstag, den 24.09.2020 um 19:00 Uhr**, im Bürgertreff „Pferdestall“ (Alter Gutshof), Elzstr. 8/1 in Gutach statt.

Tagesordnung:

1. Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden Herrn Klaus Wehrle
2. Information zur Lage + Situation des Vereins im Jahr 2020
3. Thema Vereinsstruktur / Organisation + Aufgabenteilung / Vorstandswahlen im Herbst 2020
4. Perspektive Zukunft – Zielsetzung / Wo wollen wir hin?
5. Verschiedenes, Wünsche + Anträge

Änderungswünsche zur Tagesordnung sind bis 1 Woche vor der Versammlung an den 1. Vorsitzenden Herrn Klaus Wehrle mitzuteilen. Zu dieser Versammlung sind alle Mitglieder und interessierte Bürger herzlich eingeladen.

*Klaus Wehrle, 1. Vorsitzender*

**Schwarzwaldverein Kollnau-Gutach****Vollmondwanderung**

**Start am Donnerstag, 3. September 2020 um 19:00 Uhr, Gutach Kirche**

Die August-Vollmondwanderung fiel ja leider ins (Regen-)Wasser - am Donnerstag soll's nun endlich wieder losgehen, nach der coronabedingten Unterbrechung. Wiederum treffen wir uns an der Gutacher Kirche. Wo wir heute wohl wandern werden? Lassen wir uns überraschen! Die zahlreichen Baustellen in Gutach und Bleibach lassen längerfristige Planungen nicht zu. Doch eines ist festgemauert in der Erden: das Gutacher Bad, vor dessen Toren auch diese Tour wieder enden wird.

Bitte Schutzmasken nicht vergessen!

Bei Regen fällt die Wanderung aus.

Unsere Ansprechpartnerin ist Edith Rottleb, Telefon: 07681/7483, E-Mail: [Edith.Rottleb@t-online.de](mailto:Edith.Rottleb@t-online.de).

Gehzeit: 2 Stunden, Wander-km: 7,5

Rückkehr gegen 21:00 Uhr ist vorgesehen.

Wir bitten um Ihre Anmeldung.

**Gutacher Seniorentreff**

Der Gutacher Seniorentreff trifft sich **am Donnerstag, den 3. September ab 15:30 Uhr** im Golfhaus Gutach. Mund-Nasen-Schutzmaske mitbringen!

**Ich bin Blutspender - Sie auch ?**

**Aus den Nachbargemeinden****Der „Förderverein Krankenhaus Waldkirch“ wird aktiv****Konstituierende Sitzung des Vorstandes**

**Waldkirch.** Anfang März wurde der „Förderverein Krankenhaus Waldkirch e.V.“ gegründet, gerade noch rechtzeitig, bevor durch die Corona-Krise große Versammlungen nicht mehr möglich gewesen wären. Jetzt konnte der gewählte Vorstand zu seiner konstituierenden Sitzung zusammentreten. Im einleitenden Bericht informierte der Vorsitzende Dr. Karlfranz Koehler darüber, dass die Zeit der Nicht-Öffentlichkeit gut genutzt worden war, um die vielfältigen Formalitäten zu erledigen, die bei der Neugründung eines Vereins notwendig sind: Beim Finanzamt wurde die Anerkennung der Gemeinnützigkeit beantragt, damit Spenden und Mitgliedsbeiträge von der Steuer befreit werden können. Beim Amtsgericht wurde die Eintragung in das Vereinsregister angemeldet. Und bei zwei Elztäler Banken wurden Vereinskonten eingerichtet. Um die Arbeit des Vorstandes effektiv zu gestalten, wurde beschlossen, dass bei geplanten Projekten und Veranstaltungen jeweils kleine Arbeitsgruppen die Vorbereitung und Organisation übernehmen, in relativer Selbstständigkeit, aber mit regelmäßiger Information aller Vorstandsmitglieder. Jeder kann sich auf diese Weise je nach Interesse und Zeitaufwand einbringen. Aktuell kümmert sich eine Arbeitsgruppe um die Erstellung eines ersten Flyers, eine andere bereitet eine Infoveranstaltung mit Dr. Meyer-Blankenburg vor.

Über die aktuelle Situation der BDH-Klinik Waldkirch (die Presse berichtete mehrfach) informierte Daniel Charlton, der Geschäftsführer, den Vorstand, der die Bürgerschaft auf einige Sachverhalte besonders hinweisen möchte: Die Abteilungen Innere Medizin und Chirurgie sind wieder mit voller Leistungsfähigkeit in Betrieb; als weitere Abteilung wird die Lungenfachklinik aus St. Blasien im Herbst mit 28, später 40 Betten einziehen. Zudem nimmt die Ambulanz weiterhin sieben Tage in der Woche rund um die Uhr klinische Notfälle auf; denn der Träger BDH steht trotz deutlicher Unterfinanzierung der Notfallstrukturen weiter zu dieser notwendigen wohnortnahen Versorgung der Bevölkerung. Um den nötigen Personalstand in allen Abteilungen zu sichern, bietet der BDH Neueinstellungen an und übernimmt Fachkräfte aus St. Blasien. Außerdem gibt es 18 Plätze in der dreijährigen Ausbildung zur Pflegefachkraft und 20 Plätze in der eigenen Schule für examinierte Pflegehilfskräfte. Für den Start im Oktober sind noch wenige Plätze frei.

Um die Lösung eines konkreten Problems konnte sich der Vorstand sofort kümmern: Durch die Umleitungen wegen des Ausbaus der Elztalbahn ist der Weg zum Krankenhaus nicht immer leicht zu finden. Lothar Beckmann übernahm es, bei Stadt und Baufirma zusätzliche Beschilderung zu erreichen. Den Antrag von Ursula Querfurth, den geplanten Bürgerbus zu unterstützen, griff der Vorstand gern auf und sagte Hilfe bei der Werbung zu. Solidarisch erklärte sich der Vorstand auf Vorschlag von Roman Götzmann mit der Initiative aus Bad Krozingen zum Erhalt der dortigen Notfallversorgung.

Wenn das öffentliche Leben wieder anläuft, plant der Förderverein Krankenhaus für Anfang September Infostände zunächst in Kollnau und Waldkirch, dann auch in weiteren Gemeinden des Elztales. Dabei wird der Förderverein über die Leistungen der BDH-Klinik Waldkirch informieren, die Ziele und Vorhaben des Vereins vorstellen, persönliche Kontakte mit der Bevölkerung anbieten und die Möglichkeit, Mitglied zu werden. Beitrittsformulare liegen ab sofort im Bürgerservice des Waldkircher Rathauses aus. Informativ ist die Homepage der [bdh-klinik-waldkirch.de](http://bdh-klinik-waldkirch.de), dort wird unter „Klinikportrait“ auch der Förderverein vorgestellt und die Möglichkeit gegeben, Satzung und Beitrittsformular herunter zu laden.

**Ab dem 30. August:****Kunstaussstellung im Kurhaus Freiamt****Der Künstlerkreis FreeArt stellt aus**

Der Künstlerkreis FreeArt stellt seine Werke im Kurhaus Freiamt aus. Gitta Reiner aus Breisach, Birgit Faurichon und Annabella Szabo aus Freiburg, Komlanvi Agbeko Nayakpo Bonito aus Chalam-

pe, Frankreich, malen in unterschiedlicher Technik und Gestaltung, gegenständlich und abstrakt in Acryl, Tusche und Öl sowie Mischtechnik. Die Bilder sind sehr farbenfroh und harmonisch, zeigen die unterschiedliche Auffassung von Darstellung der Natur und der freien Gestaltung der persönlichen Eindrücke von Bewusstem und Erlebtem. Das Kurhaus Freiamt mit der großzügigen Ausstellungsfläche und der guten Beleuchtung ermöglichen einen guten Überblick über die Schaffenskraft der einzelnen Künstlerinnen und Künstler. Auf eine Vernissage wird auf Wunsch des Künstlerkreises verzichtet.

**Die Ausstellung ist bis Freitag, 25. September 2020, täglich von 09:00 bis 17:00 Uhr geöffnet.** Die Öffnungszeiten können aufgrund von Veranstaltungen im Ausstellungsraum kurzfristig abweichen.

## Geführte Wanderungen in Freiamt

### 01.09.2020 | Gulaschwanderung

Die Tourist-Information Freiamt bietet **am Dienstag, den 1. September 2020** eine Wanderung mit dem Titel „Gulaschwanderung“ mit dem Wanderführer Richard Bühler an. Treffpunkt ist **um 14:00 Uhr** beim Wanderparkplatz Pflingsteck.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer müssen sich telefonisch in der Tourist-Information (Tel. 07645 / 91030) anmelden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die geführte Wanderung ist kostenlos. Gutes Schuhwerk und witterungsentsprechende Kleidung werden empfohlen. Nähere Informationen zu den Schutzmaßnahmen und den weiteren Terminen finden Interessierte auf der Seite [www.tourismus.freiamt.de](http://www.tourismus.freiamt.de) unter dem Punkt geführte Wanderungen.

## Sonstiges

### Noch einmal Schnitt von Kirschbäumen

Der Sommerschnitt an Kirschbäumen ist immer noch aktuell. Und weil das Interesse groß ist, wird dieses Thema beim nächsten Infoabend im KOGL-Lehrgarten noch einmal behandelt. Ob der eine oder andere den Termin verpasst hat oder um alles noch einmal zu vertiefen – es gibt viele Gründe für eine Wiederholung. Treffpunkt ist **am Freitag, den 4. September um 17:00 Uhr** im Lehrgarten des Kreisverbandes Obstbau, Garten und Landschaft Emmendingen e.V. (KOGL) an der Alten Straße in Kenzingen. Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Spende hilft für die laufenden Kosten des Lehrgartens.

Die Veranstaltung wird unter Einhaltung der geltenden Hygienevorschriften durchgeführt. Dies sind insbesondere die Abstandsregel sowie das Tragen einer Alltags-Schutzmaske, wenn der Abstand nicht eingehalten werden kann. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, jedoch wird eine Teilnehmerliste mit Adressangaben und Telefonnummer geführt werden.

Mehr Infos auf [kogl-emmendingen.de](http://kogl-emmendingen.de) – dort finden Sie auch den monatlichen Planer für Arbeiten im Obst- und Hausgarten. *Kreisverband Obstbau, Garten und Landschaft Emmendingen e.V. (KOGL Emmendingen)*



Was **sonst** noch *interessiert*

## Aus dem Verlag

### So heiß

### Das hilft gegen Schwitzen

Sommer, Sonne, Hitze! Da kann schon mal der Schweiß laufen! Was Sie dagegen tun können, verrät Apothekerin Sabine Bäumer. Schwitzen ist etwas Gutes. Der Körper kühlt seine Temperatur herunter. Doch bei längerem Hautkontakt kann Schweiß unangenehm riechen. Deshalb greifen viele Menschen zu Deos. Wir haben eine Rezeptur, die ohne Alkohol und Aluminium funktioniert.

### Rezept: Deospray ohne Alkohol, Aluminium und Fettsuren Sie benötigen

- 1 TL Natron
- 1 - 2 Tropfen Bio-Lavendelöl oder Bio-Lemongras
- 30 ml Aloe vera-Gel, konserviert
- 10 ml Hamameliswasser (= Pflanzenwasser aus der Zaubernuss, auch Hydrat genannt)
- 10 ml Dulcamara (= Bittersüßstengel)

Gerüche können zusätzlich durch eine angepasste Ernährung reduziert werden. Verzichten Sie an besonders schweißtreibenden Tagen auf Fettiges und stark Gewürztes.

### Hitzewallungen

Eine „besondere“ Art des Schwitzens ist das Schwitzen in den Wechseljahren - Hitzewallungen fluten regelrecht den Körper - und können uns Frauen echt in die Bredouille bringen. Apothekerin Sabine Bäumer teilt ihre natürlichen Tipps.

Hier können natürliche Präparate mit Soja, Rotklee oder türkischem Rhabarber helfen. Verzichten Sie jedoch auf den Kauf von günstigen Präparaten aus der Drogerie. Die in der Apotheke erhältlichen Präparate zeichnen sich durch ihre ausgeklügelte Zusammensetzung und einer höheren Konzentration aus. Dazu gibt es in jedem Fall noch die passende Beratung.

Extrakte aus der Traubensilberkerze sind Pflanzenheilmittel, die in Europa eine lange Tradition zur Behandlung von Hitzewallungen haben und wie Medikamente in vielen Studien überprüft wurden. Wichtig ist, dass Sie Geduld mitbringen. Meistens dauert es vier Wochen, bis sich eine Besserung bemerkbar macht.

### Bei Hitze viel trinken

Im Sommer sind warme bis heiße Getränke, wie eine Tasse Tee einem kühlen Getränk vorzuziehen. Wie beispielsweise die Teemischung von Sabine Bäumer für einen „Frauentee“.

### Rezept Frauentee:

#### Sie benötigen

- 25 g Frauenmantel
  - 25 g Himbeerblätter
  - 25 g Melisse oder 25 g Pfefferminze
- Alles zusammen aufgießen und ziehen lassen.

### Das hilft bei Hitzewallungen

- Wenn sich eine Hitzewelle anbahnt, können folgende Dinge helfen:
- ruhig bleiben, sonst verstärkt sich die Situation
- sich mit einem Thermalspray erfrischen
- an den pulsierenden Stellen, wie beispielsweise den Handgelenken, kaltes Wasser laufen lassen

Im Studio: Sabine Bäumer, Apothekerin

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

## Pflegeimmobilie als Kapitalanlage

Mietrendite bis 4,5 %, staatlich abgesichert, langfristige Pachtverträge über 20 Jahre, ab 166.000,- Euro, Bestands- und Neubauobjekte.

Günstige KfW-Konditionen möglich. Provisionsfrei, wir vermitteln Sie direkt an den Eigentümer!

Emil-Haag-Straße 27  
71263 Weil der Stadt  
Fon 07033 5266-75  
[info@brigitte-nussbaum.de](mailto:info@brigitte-nussbaum.de)

  
**Brigitte Nussbaum**  
GmbH und Co. KG



# Für unsere Kleinen, die mal ganz groß werden wollen



Entdecke die vielfältige Auswahl  
an Schulranzen auf kaufinBW

Jetzt bestellen, liefern lassen und 10 % Cashback sichern.



**Highlights**  
mit **Krauser**  
aus Wiesloch



**COOCAZOO Rucksack ScaleRale, FreakaSneaka Orange Blue:** Rucksack für Schule, Freizeit und Sport mit stufenloser Höhenverstellung der Schulterträger über Drehmechanismus im Inneren des Rucksacks. Reißverschluss-Zipper, Schnallen und das Hand-Patch können ausgetauscht und dem Design des Rucksacks farblich angepasst werden.

**Krauser**  
Wiesloch

10 % CASHBACK  
**169,95 €**



**ergobag Schulrucksack-Set Neo IllumiBär ERG-SED-003-213:** Der ergobag pack NEO kombiniert knallige, gemusterte Designs mit farbigen Reflektoren und fluoreszierenden Flächen. Ein zusätzliches Innenfach kann durch Klett je nach Wunsch entfernt und wieder eingesetzt werden. Das Netzfach mit Schlüssellering bietet Platz für Kleinigkeiten.

**Krauser**  
Wiesloch

10 % CASHBACK  
**269,99 €**



**Step by Step Schulranzenset 2IN1 PLUS, Soccer Team:** Schulranzen 2IN1 PLUS im reflektierendem ORALITE-Material für Sicherheit im Straßenverkehr. Die Textilien bestehen zu 100% aus recycelten PET-Flaschen.

**Krauser**  
Wiesloch

10 % CASHBACK  
**239,00 €**



**ergobag Schultaschen-Set 5-tlg. HufBäreisen ERG-CSE-001-927:** Der ergobag Schulranzen cubo mit standfestem Boden ist großzügig mit Reflektormaterial ausgestattet, sodass ergobag-Träger auch bei Dunkelheit gut sichtbar sind.

**Krauser**  
Wiesloch

10 % CASHBACK  
**249,99 €**



**COOCAZOO Rucksack ScaleRale, Springman:** Rucksack für Schule, Freizeit und Sport mit stufenloser Höhenverstellung der Schulterträger über Drehmechanismus im Inneren des Rucksacks. Reißverschluss-Zipper, Schnallen und das Hand-Patch können ausgetauscht und dem Design des Rucksacks farblich angepasst werden.

**Krauser**  
Wiesloch

10 % CASHBACK  
**119,95 €**



**Step by Step Schulranzenset CLOUD, Sparkling Pegasus 5-teilig:** Einzigartiges EASY GROW SYSTEM: Schulranzen wächst von der 1. bis zur 4. Klasse mit. Abnehmbarer, höhenverstellbarer Brustgurt sowie abnehmbare Hüftflosse. Stabile Bodenplatte zum Schutz vor Schmutz und Nässe.

**Krauser**  
Wiesloch

10 % CASHBACK  
**249,00 €**



**ergobag Schultaschen-Set 5-tlg. Drunter und Drübär ERG-CSE-003-9B6:** Der ergobag Schulranzen cubo mit standfestem Boden ist großzügig mit Reflektormaterial ausgestattet, sodass ergobag-Träger auch bei Dunkelheit gut sichtbar sind.

**Krauser**  
Wiesloch

10 % CASHBACK  
**249,99 €**



**ergobag Schulrucksack-Set 6 tlg LiBäro 2:0 ERG-SET-002-9J9:** Der ergobag Schulrucksack pack mit standfestem Boden ist großzügig mit Reflektormaterial ausgestattet, sodass ergobag-Träger auch bei Dunkelheit gut sichtbar sind.

**Krauser**  
Wiesloch

10 % CASHBACK  
**249,99 €**



**Satch Schulrucksack pack Off Road SAT-SIN-001-9X1:** satch pack - der Klassiker. Ergonomisch, ökologisch, einfach gut durchdacht: dank seiner breiten Beckenflossen entlastet der satch pack den Rücken. Er lässt sich passgenau für jede Körpergröße zwischen 1,40 m und 1,80 m einstellen.

**Krauser**  
Wiesloch

10 % CASHBACK  
**119,99€**



**ergobag Schultaschen-Set Lumi WellenreitBär ERG-CSE-001-9Y2:** Der ergobag Schulranzen cubo LUMI Edition ist aus einem ganz besonderen Stoff: Die fluoreszierenden Stoffteile sorgen für zusätzliche Sichtbarkeit bei Tageslicht. Der Kontur Klettie mit Wackelbild ist ein zusätzlicher Hingucker.

**Krauser**  
Wiesloch

10 % CASHBACK  
**259,99 €**



# Nussbaum hilft, gemeinsam zu helfen

Gemeinsam helfen, wo Hilfe nötig ist und Mangel herrscht. Aber wie?  
Viele Menschen wollen gerne spenden, wissen aber oftmals nicht, wem und wohin.

## Heimat stärken

Nussbaum Medien hat das Spendenportal [gemeinsamhelfen.de](https://www.gemeinsamhelfen.de) entwickelt. Es führt gemeinnützige Organisationen, die großartige Projekte aus unserer Heimat präsentieren, mit Spendern zusammen. Dieser digitale Marktplatz der guten Taten hat das Ziel, die Spendenbereitschaft im Verbreitungsgebiet der Nussbaum Medien

zu erhöhen. Die Nähe von Nussbaum Medien zu vielen Tausend gemeinnützigen Organisationen sowie die umfangreichen Kommunikationsmöglichkeiten haben mit [gemeinsamhelfen.de](https://www.gemeinsamhelfen.de) das Potenzial, das Online-Spenden in Baden-Württemberg nachhaltig zu fördern.



Einfach & sicher



100 % kommen an



Sozial & transparent



Heimat stärken

➔ 100 % der Spenden kommen an

Alle Spenden, die über [gemeinsamhelfen.de](https://www.gemeinsamhelfen.de) getätigt werden, gehen an die Träger der sozialen Projekte. Ohne Abzug. Damit das geht, übernimmt Nussbaum Medien die Kosten für den laufenden Betrieb der Spendenplattform. Jede Spende ist über das Portal sichtbar und macht die Spenden damit vollkommen transparent. Die Investition von Nussbaum Medien, die in den Betrieb der Platt-

form fließen, haben damit eine gute Chance, durch Tausende von Spendern um über das Hundertfache gesteigert zu werden. Während der Corona-Krise haben wir alle gemerkt, wie wichtig gesellschaftlicher Zusammenhalt und Digitalisierung sind. Mit [gemeinsamhelfen.de](https://www.gemeinsamhelfen.de) vereint Nussbaum Medien diese Möglichkeiten und transportiert die Welle der Solidarisierung in unsere Heimat.

## IMMOBILIEN

## WIE WERTVOLL IST IHRE IMMOBILIE? WIR FINDEN ES HERAUS.

### IMMOBILIENBEWERTUNG MIT DEM PROFI –

Durch uns erhalten Sie eine ausführliche Bewertung Ihrer Immobilie, und das kostenfrei!

Werden Sie  
Franchise-  
nehmer.  
Werden Sie ein  
Königskind.



#### WIR HABEN IN DER REGION STUTTGART

- die meisten Verkäufe
- die meisten Mitarbeiter
- die meisten Immobilien im Portfolio

#### WIR BIETEN IHNEN

- einen eigenen Ankauf\*
- eine Verkaufsgarantie

\*vorbehaltlich einer internen Prüfung.

**NR. 1**  
in Stuttgart  
& Umgebung

Bekannt aus der  
Fernseh-Werbung  
bei RTL + NTV

Deutsch-  
landweit  
Immobilien  
gesucht!

Königskinder Immobilien GmbH – auch in Ihrer Nähe! [www.koenigskinder.de](http://www.koenigskinder.de), [info@koenigskinder.de](mailto:info@koenigskinder.de)

Info-Telefon: 0800 5 800 200

## Haussanierung - Teil 3 -

Um veraltete Immobilien zu sanieren, müssen Käufer oft mehrere zehntausend Euro aufwenden. Dies wird beim Erwerb von Wohneigentum oft unterschätzt. Das **Institut für Wohnen und Umwelt (IWU)** hat untersucht, welches Budget für welche Sanierungsarbeiten nötig ist. Die Kostenersparnis wurde, jeweils ausgehend vom aktuellen Energiepreis, über 25 Jahre mit einer realistischen Energiepreissteigerung von drei Prozent pro Jahr errechnet.

Sanierung lohnt sich insbesondere im Hinblick auf die steigenden **Heizkosten**. Die Preise für Heizöl sind von 2002 bis 2012 um elf Prozent pro Jahr gestiegen. Der Preis für Erdgas steigerte sich jährlich um fünf Prozent. Dies macht sich in Ihrem Geldbeutel bemerkbar, da rund **72 Prozent des Energiebedarfs** eines Haushaltes allein für die Heizung aufgewendet werden.

## MIETGESUCHE

### Wohnung oder Haus gesucht!

3- bis 4-Zimmer-Wohnung bis 900 € WM oder 2-Parteienhaus zur Komplettmiete bis 1.800 € WM in Waldkirch, Siensbach, Batzenhäusle, Buchholz oder Kollnau. Garten oder Balkon/Terrasse, Badewanne.

**Tel. 016094455600**

## STELLEN

jobsuche **BW**

Für unseren **REWE-Markt**  
in Gutach-Bleibach suchen wir

## Regalservicekräfte

auf 450-Euro-Basis und als Teilzeitkraft.  
Di. ab 6:00 Uhr / Do. ab 10:00 Uhr

Bei Interesse bitte melden unter 0173/3690532



Foto: evgenyatamanenko/iStock / Getty Images Plus

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

# GESUND LEBEN



Foto: gilaxia/E+/Getty Images

## Einfache Änderungen im Alltag für mehr Vitalität

Nicht erst seit Corona suchen viele nach Möglichkeiten, gesünder zu leben und ihr Immunsystem zu stärken. Wie eine Studie ergeben hat, sind über 80 % der Menschen in Deutschland nicht ausreichend mit Vitaminen versorgt und genauso viele leiden an Rückenschmerzen. Sie ernähren sich zu einseitig und bewegen sich zu wenig – dabei ist es ganz einfach, etwas für sich und seine Gesundheit zu tun. Schon kleine Änderungen im Lebensstil zeigen große Wirkungen.

Wer genau wissen möchte, ob sein Körper ausreichend versorgt ist, sucht am besten das Gespräch mit seinem Arzt. Ein großes Blutbild kann Nährstoffmangel erkennen, um die Ernährung dann gezielt zu ergänzen. Vitamin C wird vor allem in der Erkältungszeit von vielen Ärzten empfohlen.

### Gegen Rückenschmerzen helfen Muskeln

Die Ursache für zunehmende Rückenprobleme macht der Sportwissenschaftler Klaus Möhlendick im Alltag der Menschen aus. „Wir haben uns zu sehr daran gewöhnt, zu sitzen. Deshalb ist es umso wichtiger,

sich regelmäßig zu bewegen. Im Alltag gibt es dazu viele Möglichkeiten“, so der Experte. Treppen steigen, Fahrrad statt Auto nutzen, kleine Spaziergänge, aktive Pausen im Büro seien einige wenige Beispiele. Selbst auf den ersten Blick komisch wirkende Übungen würden die Muskulatur quasi nebenbei stärken. Möhlendick: „Zähneputzen im Einbeinstand trainiert nicht nur den Gleichgewichtssinn, sondern stärkt auch die gesamte Körperspannung.“

### Tipps fürs Immunsystem

Von einheimischen Superfoods über herzhaftes Lachen bis hin zu belebendem Kneippen: Es gibt

vieles, was man tun kann, um seine Immunkraft zu stärken.

**1. Regelmäßig schwitzen:** Eine Bewegungseinheit von ca. 30 Min. alle paar Tage reicht, um das Immunsystem anzukurbeln. Wem Joggen zu sehr auf die Gelenke geht, der findet vielleicht Freude am Schwimmen oder Radfahren. Auch regelmäßige flotte Spaziergänge tun gut. Direkt nach dem Sport sollte man sich aber vor Kälte und Zugluft schützen. Nach dem Schwitzen: ausreichend trinken, um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen.

**2. Sich „abhärten“:** Neben dem Schwitzen sind auch Kälteanwendungen eine gute Möglichkeit, um den Körper zu trainieren. Denn so lernt er, leichter mit schwankenden Umgebungskonditionen umzugehen. Gerade im Sommer kann es sehr wohltuend sein, regelmäßig in kaltem Wasser zu kneipen: Das fördert die Durchblutung im ganzen Körper und beugt neben Erkältungen übrigens auch Kopfschmerzen oder Kreislaufbeschwerden vor. Nur, wenn man sich schon etwas angeschlagen fühlt, sollte man solche intensiven Kältereize besser meiden.

**3. Gesund ernähren:** Was banal klingt, ist es auch – wenn da nur nicht die Gewohnheiten wären! Denn eigentlich ist gesunde Ernährung gar nicht schwer: we-

nig Zucker, vor allem gesunde Fette, ganz wenig Alkohol und viel Obst und Gemüse. Leicht zu integrieren sind auch heimische Superfoods wie etwa alle intensiven roten Beeren: Himbeeren, Brombeeren, Weintrauben und Co. enthalten viele Polyphenole, die auch wichtig für die Immunabwehr sind.

**4. Immunkur machen:** Viele Menschen wünschen sich eine Medizin, die ihre Selbstheilungskräfte auf natürliche Weise stärkt. Ein beliebtes Therapiesystem sind homöopathische Kuren. Sie sind rezeptfrei in der Apotheke erhältlich.

**5. Entspannen und genug schlafen:** Der Körper regeneriert sich im Schlaf – ebenso die Immunzellen, die Viren und Bakterien bekämpfen können. Gut erholt, reagieren wir nicht so empfindlich auf Stress. Dauerstress hingegen belastet das Immunsystem. Neben Schlaf ist auch aktive Entspannung hilfreich, etwa Yoga, Meditation oder autogenes Training. Eine der wirksamsten Methoden, um das Immunsystem schnell zu boosten, ist übrigens Lachen. Denn das signalisiert dem ganzen Organismus, dass gerade keine Gefahr droht und man sich entspannen kann. Also: Jede Gelegenheit nutzen! (BARMER/akz-o/DHU/Nature Love/red)

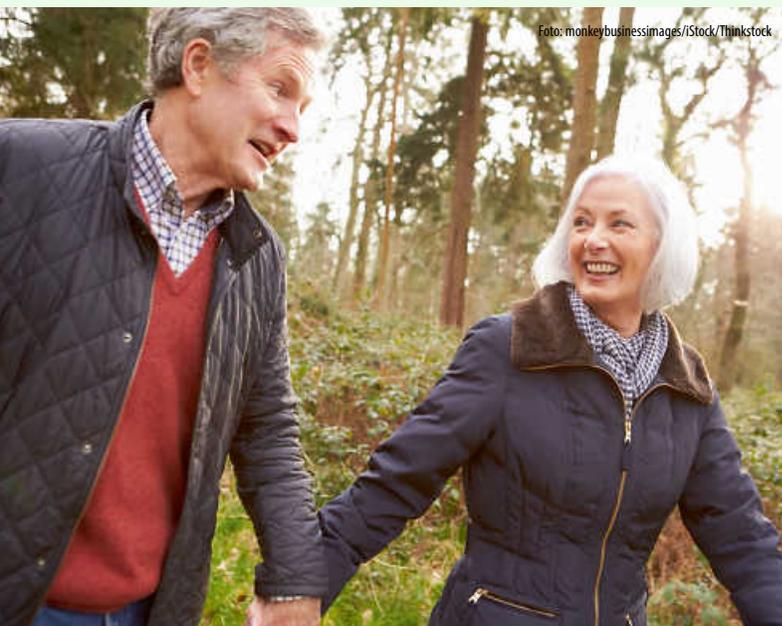


Foto: monkeybusinessimages/iStock/Thinkstock

# Heimat erleben

Foto: Simon Dux, iStock, Getty Images Plus

## Sommerurlaub in der Heimat neu erleben

Die einen nutzen die Zeit und verschönern ihr Zuhause. Andere sind lieber aktiv unterwegs und erleben ihre Heimat (vielleicht sogar neu). Ob mit sport-

lichen oder kulturellen Freizeitangeboten, Shopping, Wellness, Hobbies, Gastronomie mit leckerem Essen – den Möglichkeiten sind fast keine Grenzen gesetzt.



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

**Haslach im Kinzigtal**

**... immer einen Besuch wert!**

- Historische Fachwerkstadt
- Aussichtsturm Urenkopf
- Wald- und Erlebnispfad

[www.haslach.de/tourismus](http://www.haslach.de/tourismus)  
Info Telefon 07832 706-172



**Ravensburger Spieleland**

Mehrfach ausgezeichnet zu Deutschlands familienfreundlichstem Themenpark, lädt euch das Ravensburger Spieleland mit über 70 Attraktionen in acht Themenwelten zum Entdecken und Verweilen ein.

**25% auf den Feriendorf-Aufenthalt**

Das Angebot inkludiert Ferienhäuser und Forscher-Zelte für die ganze Saison. Gültig ab sofort bis 12.09.2020 und 25.09.2020 bis 10.10.2020 unter [www.spieleland.de/nussbaum](http://www.spieleland.de/nussbaum).

Online-Code: nussbaum2020

**NUSSBAUM+ Club**

Ravensburger Spieleland  
Am Hangenwald 1  
88074 Meckenbeuren/  
Liebenau  
Tel. 07542 400 0



Panorama Blick See Schluchsee

Foto: karp5, iStock, Getty Images Plus



Horb

Foto: Simon Dux, iStock, Getty Images Plus



**Zeppelin Museum Friedrichshafen**

Das Zeppelin Museum ist ein Erlebnisort der besonderen Art: Es bietet die weltweit umfangreichste und bedeutendste Sammlung zur Geschichte und Technik der Zeppelin-Luftschiffahrt.

**1€ Nachlass auf regulären Eintrittspreis für Erwachsene**

Der Vorteil ist nicht mit anderen Rabatten oder Nachlässen kombinierbar. Pro Person/Tag nur einmal gültig. Keine Barauszahlung möglich. Gültig bis 31.12.2020.

**NUSSBAUM+ Club**

Zeppelin Museum Friedrichshafen  
Seestr. 22  
88045 Friedrichshafen  
Tel. 07541 3801-0  
[zeppelin-museum.de](http://zeppelin-museum.de)

# Moser

## Mineralölhandel

Telefon: 0 76 82 - 13 17 info@moser-mineraloel.de

Höchste Zeit um noch mal in  
Ihren Tank zu schauen ...



Wir machen Urlaub vom  
31.08.2020 – 12.09.2020

Inh. Klaus Moser, Tribbergerstrasse 46, 79215 Elzach

**CLEMENS ELSNER**  
Steinmetz- und Bildhauermeister

**Grabmale  
Fensterbänke  
Treppenbeläge**

79261 Gutach-Bleibach  
Am Vogelhof 1 · Tel. 07685 442 · Fax 7560



## Anzeigenplanung leicht gemacht ...

[www.nussbaum-medien.de/mediadaten](http://www.nussbaum-medien.de/mediadaten)

Gerne berate ich Sie rund um Ihre  
Anzeigenplanung und -buchung.

**Gisela Fieser**  
Mediaberaterin

Tel. 0741 5340-13 • Fax 0741 5340613  
gisela.fieser@nussbaum-medien.de



**NUSSBAUM**

Nussbaum Medien Rottweil GmbH & Co. KG  
Durschstraße 70 · 78628 Rottweil  
[www.nussbaum-medien.de](http://www.nussbaum-medien.de)



**Anzeigenschluss**  
Montag, 16.00 Uhr



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

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

**GARANT**  
IMMOBILIEN

Telefon: 0761 88 85 72-70  
[freiburg@garant-immo.de](mailto:freiburg@garant-immo.de)  
[www.garant-immo.de](http://www.garant-immo.de)

**NUSSBAUM+**  
Club



**Steinchenwelt OHG**  
General-von-Nagel-Str. 15  
85356 Freising  
Tel. 08761 7568360

## Der Steinchenwelt-LEGO-Shop

Im Steinchenwelt Lego®-Shop finden Sie die gesamte Produktvielfalt des erfolgreichen, dänischen Spielzeugherstellers LEGO®. Von absoluten Bestsellern aus den verschiedenen Themenwelten bis hin zu aktuellen Neuheiten ist hier alles dabei. Sparen Sie mit dem Nussbaum Club z. B. beim LEGO® City Meeresforschungs-U-Boot, welches bereits um 30 % rabattiert ist!

**10 % Rabatt** auf den  
gesamten Einkauf

Code: NUSSBAUM

Der Rabatt gilt auch für bereits rabattierte Artikel. Gültig bis 31.08.2020