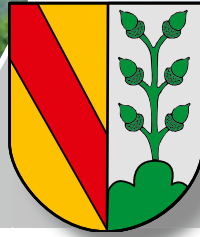


SEXAUER BOTE



Mitteilungen
der Gemeinde
SEXAU

Freitag, 17. Januar 2014

11. Sexauer Jahresauftakt 2014

Für die sehr gelungene und harmonische Veranstaltung möchte ich mich auch im Namen des Gemeinderates nochmals ganz herzlich bei allen Mitwirkenden vor, hinter und auf der Bühne bedanken.

Ein besonderer Dank an den Musikverein Sexau für die Bewirtung und an Dagmar Bergmann mit Team in Zusammenarbeit mit der Fa. Blumen – Pohl für die kreative und liebevoll zusammengestellte Hallendekoration.

Großes Lob und großen Dank für die begeisternden und unterhaltsamen Programmbeiträge an den Posaunenchor, die Ropeskipper unter der Leitung von Ute Bergmann, die Wettkampfriege des TV Sexau, Martin Glöckler und dem Musikzug des TV Sexau.

Ebenso ein herzlicher Dank an Iris Holderer für die Mithilfe bei der Organisation und der Programmgestaltung.

Über den sehr guten Besuch durch Sie, liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, haben wir uns ganz besonders gefreut.

Michael Goby
Bürgermeister



AMTLICHE BEKANNTMACHUNGEN



Einladung zur Gemeinderatssitzung

Am **Donnerstag, dem 16. Januar 2014**, beginnend um **19.30 Uhr** findet im Sitzungssaal des Rathauses Sexau, Dorfstr. 61 eine öffentliche Gemeinderatssitzung statt. Die Tagesordnung wurde im letzten Sexauer Boten vom 10. Januar 2014 veröffentlicht. Die Bevölkerung wird hiermit eingeladen.

Einwohnerstatistik

Informationen aus dem Einwohnermeldeamt

Bevölkerungsstatistik	2012	und	2013
Zuzüge	189		194
Wegzüge	163		156
Geburten	28		17
Sterbefälle	43		34

Am 31.12.2013 hatte Sexau 3.320 Einwohner

AMTLICHE MITTEILUNGEN

Fundbüro

Es wurden gefunden und hier abgegeben:

- | | | |
|-----------------------|----------|---|
| • 1 Kinderregenschirm | gefunden | Poststelle Sexau |
| • 1 Schlüssel | gefunden | Parkplatz Friedhof |
| • 2 Fingerringe | gefunden | Cafe S |
| • 1 Herrenfahrrad | gefunden | Straße „Im Eichwald / Eingang Verbindungsweg-Siedlungsweg |
- Die Fundsachen können auf dem Rathaus, Zimmer 1, Tel. Nr.: 07641/9268-0 abgeholt werden.

PFLEGE- UND SOZIALDIENSTE

Seniorenpflegeeinrichtung „Hochburgblick“
(Träger: ASB Regionalverband Freiburg-Hochrhein)
Ernst-Bühler Weg 1, Sexau,

**NOTDIENSTE / NOTRUF****Ärzte**Am Wochenende zu erfahren unter **Tel. 01805/19292-320****Zahnärzte**Am Wochenende zu erfahren unter **Tel. 0180 3 222 555-70****Apotheken-Notdienst**

Dienstbereitschaft von 8.30 - 8.30 Uhr des folgenden Tages

Den entsprechenden Bereitschaftsdienst der diensthabenden Apotheken im Landkreis entnehmen Sie bitte dem Hinweis an der „Waldhorn-Apotheke“.

Der **Notdienst** umfasst die Apotheken in Denzlingen, Elzach, Emmendingen, Glotttartal, Gutach, Köndringen, Kollnau, Sexau, Simonswald, Teningen und Waldkirch.

Polizei	110
Feuerwehr, Notarzt, Rettungswagen	112
Krankentransport	19222
Notruf-Fax	4601-77
(für schwerhörige, ertaubte, gehörlose und sprachgeschädigte Personen)	
Giftnotruf	0761/19240
Notruf Wasserversorgung	0160/92018967
(Gemeinde Sexau)	
Störungsstelle Strom	0800/3629477
Störungsstelle Erdgas (badenova)	0800/2767767

BezirksschornsteinfegerMirco Bahr, Im Werth 6, 79312 Emmendingen
Tel. 07641/ 937144 14, Fax 07641/ 937143,
Mobil 0171 6981399**GEMEINDEVERWALTUNG****Bürgermeisteramt Sexau**Dorfstr. 61, 79350 Sexau
Tel. 07641 / 9268-0, Fax 9268-68
rathaus@sexau.de, www.sexau.de**Öffnungszeiten:**

Mo.-Fr. 8.00 - 12.00 Uhr, Mi. 15.30 - 18.00 Uhr

Bürgermeister Herr Goby	Tel. 9268-10
Standesamt u. Sekretariat des Bürgermeisters	
Frau Holderer	Tel. 9268-11
Bauamt Herr Gerber	Tel. 9268-12
Bauamt / Hauptamt Frau Huber	Tel. 9268-13
Rechnungsamt Herr Klausmann	Tel. 9268-15
Gemeindekasse Herr Blust	Tel. 9268-16
Tourist-Info / Grundbuchamt Frau Gräßlin	Tel. 9268-18
Ratschreiberin Frau Schmidt	Tel. 9268-20
Melde-/Passamt Frau Kern/Frau Heugel	Tel. 9268-0
Bauhof Herr Gebhardt	Tel. 9579-36
Elzstr. 18	
Kernzeitbetreuung Schule	
erreichbar 07:45 - 08:15 Uhr	Tel. 574217

Forstdienststelle für SexauRevierleiter Doll Klemens
Tel. 07681/22927; Handy 0175/2231553;
Fax 07681/494667**IMPRESSUM**

Herausgeber: Gemeindeverwaltung Sexau, Dorfstr. 61, 79350 Sexau
Druck und Verlag:
 Nussbaum Medien Rottweil GmbH & Co. KG, Durschstraße 70,
 78628 Rottweil, Telefon 0741 5340-0, Fax 0741 65 85
Verantwortlich für den amtlichen Teil, alle sonstigen Verlautbarungen und Mitteilungen:
 Bürgermeister Michael Goby oder sein Vertreter im Amt
Für „Was sonst noch interessiert“ und den Anzeigenteil:
 Brigitte Nussbaum
 Es gilt die jeweils aktuelle Anzeigen-Preisliste.

Telefon: 07641 957110-200, Fax 07641 957110-210,
 Station 1: 957110-201, Station 2: 957110-202
 Pflegedienstleiterin Frau Stickel: 957110-205

Diakonieverbund Freiamt-Sexau e.V.,
 Geschäftsstelle Ernst-Bühler-Weg 1, Sexau
 Telefon: 07641 9130-24
 Bürozeit: Mo., Die., Do. 8.30 – 11.30 Uhr

Tagesbetreuung für Senioren,
 (Träger: Diakonieverbund Freiamt-Sexau e.V.)
 Bürgerbegegnung Sexau, Ernst-Bühler-Weg 1,
 Telefon: 07641 9130-24,
 Öffnungszeiten: Mo., Die., Do. 9.00 – 17.00 Uhr)

Nachbarschaftshilfe Sexau,
 (Träger: Diakonieverbund Freiamt-Sexau e.V.)
 Einsatzleiterinnen: Brigitte Zimmermann, Telefon: 07641
 49144 und Annette Göppert, Telefon: 07641 572041 oder
 07641 9130-24

Dorfhelferinnen-Station Freiamt-Sexau,
 (Träger: Diakonieverbund Freiamt-Sexau e.V.)
 Einsatzleiterin: Luise Schillinger, Telefon 07645 316

Sozial- und Familienservice des Maschinenrings,
 Hauptstr. 33, 79312 Emmendingen, Telefon: 07641 92088-11

Ambulanter Pflegedienst Moser, 79348 Freiamt,
 Telefon: 07645 913383, Fax: 07645 913384

Häuslicher Pflegedienst Christine Kern,
79312 Emmendingen,
 Telefon: 07641 9309840, Fax: 07641 9309822

Ambulanter Pflegedienst Pflege Plus,
79312 Emmendingen,
 Telefon: 07641 957150, Fax: 07641 957151

Senioren Partner – Pflegedienst, 79312 Emmendingen,
 Telefon: 07641 5745-20, Fax: 07641 5745-22

Betreutes Wohnen für alte Menschen in Gastfamilien,
 Fachdienst für die Herbstzeit gemeinnützige GmbH
 meinrad.weber@herbstzeit-bwf.de
 Sprechzeiten nach Vereinbarung: Telefon 07644 9290350

Pflegestützpunkt im Landkreis Emmendingen
 Kostenlose, neutrale und allumfassende Information und
 Beratung für Pflegebedürftige, Angehörige und interes-
 sierte aller Altersgruppen.
 Landratsamt Emmendingen, Bahnhofstr. 2-4,
 79312 Emmendingen
 Telefon: 07641/ 451-3091,
 pflegestuetzpunkt@landkreis-emmendingen.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Südbaden e.V.
 Wölflinstraße 13, 79104 Freiburg
 Telefon: 0761/36122, Telefax 0761/36123
 E-Mail: info@bsvsb.org, Internet: www.bsvsb.org

„UFF'S MÜÜL GLUEGT“

Schlupf - Schleife, Band
 Ä Griesedummi - ein Pfannkuchen mit Kirschen

**MITTEILUNGEN
DES LANDRATSAMTES****Forstamt****Sammelbestellung für Forstpflanzen**

Das Forstamt Emmendingen bietet den Privatwaldbesitzern im Forstbezirk für das Frühjahr 2014 wieder einen Sammelbezug von Forstpflanzen an. Der Pflanzenbedarf sollte bis spätestens 3. Februar 2014 dem zuständigen Revierleiter Doll (Tel. 07681/ 22927) oder direkt dem Forstamt



(Tel. 07641/451-9423) mitgeteilt werden. Der Revierleiter berät bei Bedarf auch gerne hinsichtlich Baumarten- und Sortimentswahl. Neben günstigeren Konditionen ist durch die Teilnahme am Sammelbezug auch die Lieferung geeigneter Herkunft gesichert.

Auch wer seine Forstpflanzen nicht über das Forstamt bestellt, muss unbedingt auf die Verwendung geeigneter Herkunft achten, da diese ggf. auch Voraussetzung für die Gewährung einer Förderung sind. Auf der Gemarkung Sexau dürfen nur Pflanzen mit der Herkunftsbezeichnung „Schwarzwald“ gepflanzt werden. Mindestbestellmenge ist 10 Pflanzen je Sortiment. Für Rückfragen stehen Revierleiter und Forstamt gerne zur Verfügung.

Landwirtschaftsamt

Vortrag „CO₂-Diät – Essen für das Klima“

Im Rahmen der Landesinitiative Blickpunkt Ernährung lädt das Landratsamt am Mittwoch, 22. Januar 2014 von 19.30 bis 21.00 Uhr zum Vortrag „CO₂-Diät – Essen für das Klima“ im Landwirtschaftlichen Bildungszentrum Hochburg ein. Die Ernährung ist neben der Energienutzung, der Luftverschmutzung und der Belastung durch den Autoverkehr für etwa 20 Prozent der Klimabelastung verantwortlich. Im Vortrag wird eine CO₂-Diät vorgestellt. Statt Kalorien zählt dabei das CO₂, das bei Erzeugung und Transport der Lebensmittel in die Luft geblasen wird. Es geht um globale Zusammenhänge, aber auch um die heimische Erzeugung und das Einkaufsverhalten. Die Besucher erhalten Tipps, wie sie mit ihrem Ernährungsstil zum Klimaschutz beitragen und gleichzeitig etwas für ihre Gesundheit tun können. Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Fortbildungsveranstaltung für Erzieherinnen und Erzieher

Das Landwirtschaftliche Bildungszentrum Emmendingen-Hochburg lädt Erzieherinnen und Erzieher zu einer Fortbildungsveranstaltung am Dienstag, 28. Januar 2014 von 14.30 bis 17.30 Uhr ein. Das Thema der Veranstaltung lautet: „Kinder unter 3 Jahren in der Kita: Richtig essen lernen - darauf kommts an“. Kinder entwickeln ihre Essgewohnheiten in den ersten drei Lebensjahren. Themen der Fortbildung sind die Ernährung für 1-bis 3-Jährige, die Ernährungserziehung in der Kita, Speiseplanung, Hygiene, und die Gestaltung der Esssituation in den Einrichtungen. Anmeldung bis Freitag, 24. Januar 2014 beim Landratsamt Emmendingen, Landwirtschaftsamt Tel. 07641 / 451 9110.

Kreiskrankenhaus

Infoveranstaltung zur Behandlung bei krankhaftem Übergewicht

Für Menschen, die unter krankhaftem Übergewicht – der so genannten Adipositas - leiden, bietet das Kreiskrankenhaus Emmendingen seit einem Jahr die operative Behandlung und Betreuung der Adipositas-Erkrankung an. Dazu zählen verschiedene operative Verfahren wie Magenverkleinerung, Schlauchmagen oder Magenband. Zu einem Infoabend über dieses Thema lädt das Kreiskrankenhaus Emmendingen am Dienstag, 28. Januar 2014 um 19 Uhr in den Veranstaltungsraum U 1 im Nebengebäude Haus C (im Untergeschoss, Zugang über die Adolf-Sexauer-Straße) ein. Die Chefarzte Prof. Dr. Ulrich Baumgartner und Prof. Dr. Peter Hafkemeyer informieren an diesem Abend über die Problematik des krankhaften Übergewichts und stellen die verschiedenen Operationsmöglichkeiten und den Ablauf einer Operation vor. Eine Frau, die jahrelang unter krankhaftem Übergewicht gelitten hat und heute Selbsthilfegruppen leitet, berichtet von ihren Erfahrungen und dem besseren Leben nach der Operation. Weitere Infos: www.krankenhaus-emmendingen.de und www.adipositas24.de

BEKANNTMACHUNGEN

Gt-Info

Neuer Schwerbehindertenausweis im Scheckkartenformat

Seit 1. Dezember 2013 erhalten schwerbehinderte Menschen in Baden-Württemberg den Schwerbehindertenausweis als Plastikkarte im Bankkartenformat. Damit folgt Baden-Württemberg den Vorgaben des Bundes, den neuen Ausweis bis zum 1. Januar 2015 einzuführen. Mit dem neuen Ausweis wird künftig auch den schwerbehinderten Menschen in Baden-Württemberg eine benutzerfreundliche und zeitgemäße Identifikationskarte im Scheckkartenformat ausgestellt und damit die Diskriminierung von schwerbehinderten Menschen auf Grund des Ausweisformats abgeschafft. Das Beiblatt mit Wertmarke für die unentgeltliche Beförderung wurde bereits zum 1. Januar 2013 im neuen Format eingeführt. Es hat das gleiche Format wie der Schwerbehindertenausweis, sodass beide wie andere Plastikkarten bequem in der Geldbörse mitgeführt werden können. Neu sind die ertastbaren Kennzeichen auf dem Schwerbehindertenausweis für blinde Menschen sowie der Hinweis auf die Schwerbehinderteneigenschaft in englischer Sprache. Damit trägt der Ausweis zur besseren Identifikation im europäischen Ausland bei und leistet einen wesentlichen Beitrag zu mehr Barrierefreiheit für Menschen mit Schwerbehinderung.

Ausgegeben wird der neue Schwerbehindertenausweis zukünftig von den Landratsämtern (Versorgungsämtern). Eine Ausgabe über die Gemeinden ist aus technischen Gründen nicht mehr möglich. Für den neuen Ausweis wird ein Farbfoto in Passbildgröße benötigt, welches als digitalisiertes Lichtbild aufgedruckt wird.

Der bisherige Schwerbehindertenausweis in Papierform behält weiterhin seine Gültigkeit. Auch besteht keine Umtauschpflicht. Auf Wunsch werden jedoch alte, noch gültige Ausweise in neue Ausweise im Scheckkartenformat umgetauscht.

Gewerbe Akademie Freiburg

Netzwerk erstellen und professionell betreuen

Netzwerk Grundlagen werden in einem neuen Kursangebot der Gewerbe Akademie Freiburg vermittelt. Die Teilnehmer dieses Lehrgangs, der vom 15. März bis 12. Juli 2014 im Bildungshaus des Handwerks stattfindet, lernen, wie man ein kleines Netzwerk konzipiert, plant und einrichtet. Zunächst werden die IT-Strukturen von heute beleuchtet. Dann geht es um die Aufgabe und Bedeutung des Betriebssystems, Serveraufbau, Servertypen, das heißt die gesamte Hardware wird erläutert. Im Bereich der Software werden Netzwerke konzipiert und kalkuliert, installiert und verwaltet. Die Sicherheit im Netz spielt eine Rolle, ebenso die Fehlerdiagnose in den Netzwerken.

Der Lehrgang ist zertifiziert und kann unter bestimmten Voraussetzungen mit dem Bildungsgutschein der Agentur für Arbeit bezuschusst werden. Weitere Auskünfte erteilt die Gewerbe Akademie Freiburg, Telefon 0761 152500. Infos gibt es auch im Internet unter www.wissen-hoch-drei.de

Markt der sozialen Berufe 2014

Am Mittwoch, 19. Februar 2014 findet von 13:30 bis 17:30 Uhr der Markt der sozialen Berufe 2014 auf dem Gelände der Katholischen Hochschule Freiburg statt (Karlstraße 63 in Freiburg).

Auf der Berufsmesse stellen zahlreiche kirchlich-caritative Ausbildungseinrichtungen, Arbeitgeber und Hochschulen in Freiburg und Region ihre Berufs-, Studien- und Weiterbildungsangebote vor und bieten umfassende Beratung an. Die Besucher(innen) erwarten außerdem Informationen zu Praktika, dem Freiwilligen Sozialen Jahr, Bundes-



freiwilligendienst und weiterem praktischen Engagement im sozialen Bereich. Der Eintritt ist frei.

Angesprochen werden mit dem in Freiburg einzigartigen Angebot Schüler(innen) aller Schularten, Eltern und Lehrer(innen) genauso wie Menschen in der "mittleren Lebensphase", Wiedereinsteiger(innen) und Weiterbildungsinteressierte.

Das Besondere am Markt der sozialen Berufe: Die Berufsfelder des sozialen Bereichs werden durch Aussteller und interaktive Programmpunkte greifbar und erlebbar. Expert(inn)en aus der Praxis erzählen den interessierten Besucher(inne)n vom Alltag und Inhalten des Berufslebens, Schulen und Hochschulen beraten zu Ausbildungs- und Studienmöglichkeiten und stellen Weiterbildungskurse vor. Ergänzend berät die Agentur für Arbeit Freiburg Job-suchende, hilft bei der Entwicklung eines individuellen Karriereweges, gibt Tipps zu finanziellen Unterstützungsangeboten.

Näheres zum Markt erfahren Sie auf der Website: www.markt-soziale-berufe.de oder neu auch auf Facebook: <http://www.facebook.com/marktdersozialenberufe>.

Teilnahmebestätigungen werden auf Wunsch gerne ausgestellt.

Veranstalter:

- Caritasverband Freiburg-Stadt e.V.
- Caritasverband für den Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald e.V.
- Caritasverband für den Landkreis Emmendingen e.V.
- Diakonisches Werk Freiburg
- In VIA Katholischer Verband für Mädchen- und Frauensozialarbeit in der Erzdiözese Freiburg e.V.
- Katholische Hochschule Freiburg gGmbH

Ökumenisches Bildungswerk Emmendingen

Im Rhythmus leben : Älter werden – weiter wachsen
Körper, Geist und Seele in Bewegung halten, Selbstvertrauen stärken, kreative Fähigkeiten neu entdecken – dazu verhilft der Kurs für Frauen ab 60 Jahren.

Zusammen mit anderen in der Gruppe traut man sich mehr zu. Man trifft sich donnerstags, 9.30 bis 11.00 Uhr im Pfarrhaus St. Bonifatius, Markgraf-Jacob-Allee 2, Emmendingen. **Beginn: 16. Januar 2014.**

Info und Anmeldung bei Christel Stelzer, Tel. 07641-51692

„Auszeit vom Alltag“

Autogenes Training für Frauen

Autogenes Training ist der Klassiker unter den Entspannungsmethoden. Es fördert die Ausgeglichenheit und Leistungsfähigkeit, hilft Stress, Ängste und Blockaden abzubauen und lässt zu innerer Ruhe finden. In diesem „Schnupperkurs“ erlernen Sie an sechs Vormittagen die Grundkenntnisse des Autogenen Trainings.

Zeit: Donnerstag Vormittag, 9.15-10.15 Uhr

Beginn: 23. Januar 2014. Bitte Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Ort: Pfarrhaus St. Bonifatius, Markgraf-Jacob-Allee 2

Leitung: Edeltraud Rodemer, Entspannungstrainerin.

Anmeldung erforderlich bis 21.1.2014 an

Pfarrbüro St. Bonifatius, Tel 07641-46889-10 oder

Email: St.Bonifatius@kath-emmendingen.de

Diakonisches Werk Emmendingen

Café für Menschen in Trauer

Am Freitag, 17.1.14, ab 15.30 bis 17.30 h, hat das „Café für Menschen in Trauer“ im Markt 15, Marktplatz 15, in Emmendingen geöffnet.

Eine Anmeldung für dieses offene Treffen für alle von Trauer betroffenen Menschen ist nicht erforderlich.

Das Café ist ein gemeinsames Angebot des Hospizdienstes Emmendingen-Teningen-Freiamt mit den Trägern Caritasverband für den Landkreis Emmendingen e.V. und Diakonisches Werk des Evangelischen Kirchenbezirks Emmendingen.

AWO Freiburg

AWO-Kinder- und Jugendfreizeiten 2014 Sprachferien in England und Frankreich

Ferienstpaß mit Lerneffekt – unter diesem Motto bietet die AWO in den Pfingst- und Sommerferien Sprachreisen für Kinder und Jugendliche im Alter von 11 – 17 Jahren an. Die Kursorte in Südengland sind, Bournemouth, Bexhill, Weymouth und die Isle of Wight, in Frankreich ist es St.Malo in der Bretagne.

Eine Freizeit direkt am Meer in Südfrankreich/Grau du Roi findet vom 16.08.-28.08. für 10 – 15-Jährige statt. Weitere Informationen und **Anmeldung:**

AWO- Freiburg, Sulzburger Straße 4,

79114 Freiburg, Tel: 0761/4 55 77- 44,

www.awo-freiburg.de

E-Mail: info@awo-freiburg.de

Naturpark Südschwarzwald

Ausbildung zum PilzCoach

Mit dem Lehrgang „PilzCoach“ bietet die VHS Hochschwarzwald in Zusammenarbeit mit dem Naturpark Südschwarzwald ab dem 22. März 2014 ein neues naturkundliches Ausbildungsprojekt an.

Die Ausbildung zum PilzCoach ermöglicht eine intensive Beschäftigung mit Pilzen, und die Teilnehmenden werden völlig neue Seiten von Pilzen jenseits der Küche entdecken. Als PilzCoach erweitern Sie Ihr Wissen und sind auch in der Lage, andere im Umgang mit Pilzen zu begleiten. Dabei sollen solide Grundkenntnisse hinsichtlich Artenvielfalt, Formen, Gestalt und Lebensweise von Pilzen erworben werden. Weitere Themen sind Ökologie und Naturschutz. Es werden verschiedene Kreativtechniken mit Pilzen, zum Beispiel die Papierherstellung, vorgestellt, und es können eigene Ideen umgesetzt werden. Die angehenden PilzCoaches üben den Umgang mit Gruppen, planen und leiten Exkursionen und bereiten Veranstaltungen vor.

Die Verantwortung, Pilze für eine kulinarische Zubereitung zu sammeln, ist sehr hoch. Es gibt nur wenige, leicht kenntliche Arten, die in der Ausbildung vorgestellt werden. Daher steht nicht die Artenkenntnis von Speisepilzen im Vordergrund, sondern viele Dinge aus Theorie und Praxis, die das faszinierende Reich der Pilze sonst noch zu bieten hat. Die Ausbildung PilzCoach richtet sich an alle Interessierten, die vor allem mit Kindern und Jugendlichen zum Thema Pilz kreativ werden wollen. Sie ist besonders geeignet für Pilz-Interessierte, auch Pilzsachverständige, Erzieher, Lehrer, Eltern, Natur-, Gäste- und Wanderführer etc. Der Kurs ist für alle ab 18 Jahren geeignet und kann mit einer Prüfung und einem Zertifikat abgeschlossen werden.

Die Ausbildung wird geleitet von Veronika Wähnert. Frau Wähnert hat nach der Berufsausbildung zum Gärtner ein Studium der Biologie an der Humboldt-Universität Berlin mit dem Hauptfach Botanik absolviert. Berufliche Stationen waren u. a. das Naturkundemuseum Berlin, Naturkundemuseum Stuttgart, die Universität Stuttgart, der Botanische Garten Freiburg und die Universität Freiburg. Veronika Wähnert ist Pilzsachverständige und PilzCoach-Ausbilderin der Deutschen Gesellschaft für Mykologie.

Der Lehrgang erstreckt sich über drei Wochenenden am 22./23.3.14, 19./20.7.14 und 11./12.10.14 und findet jeweils ganztägig im Haus der Natur am Feldberg statt. Ein Informationsflyer kann bei der VHS-Geschäftsstelle, Tel. 07651 1363, angefordert werden. Dort findet auch die Anmeldung statt.



Fototipps

Unschärfe Bilder?

Den Auslöser erst ein wenig drücken, der Autofokus springt an und stellt das Bild scharf. Dann drücken Sie voll durch und schon haben Sie ein scharfes Bild im Kasten.



SCHULE / JUGENDARBEIT KINDERBETREUUNG

EVANGELISCHER
KINDERGARTEN
SEXAU



Herzliche Einladung zur Anmeldung Ihrer Kinder in unserem Kindergarten oder unserer Krippe

An den folgenden Terminen können Sie gerne vorbeikommen, um Ihre Kinder für das kommende Kindergartenjahr (September 2014 - August 2015) anzumelden.

Für den Kindergarten können alle Kinder angemeldet werden, die im Zeitraum von Sept. 2014 - August 2015 3 Jahre alt werden.

Für die Krippe können alle Kinder angemeldet werden, die im Zeitraum von Sept. 2014 - August 2015 1 Jahr alt werden bzw. 1 - 3 Jahre alt sind.

Diese Termine stehen zur Verfügung:

- Mittwoch, 15. Januar 2014 von 8.30 - 12 Uhr
- Donnerstag, 16. Januar 2014 von 8.30 - 12 Uhr
- Dienstag, 21. Januar 2014 von 8.30 - 12 Uhr
- Mittwoch, den 22. Januar 2014 von 8.30 - 12 Uhr
- Donnerstag, den 23. Januar von 8.30 - 12 Uhr

Wir bieten folgende Betreuungsformen an:

Regelgruppe:	Montag - Freitag	7.30 - 12.30 Uhr
	Dienstag, Mittwoch	14.00 - 17.00 Uhr
VÖ-Gruppe:	Montag - Freitag	7.30 - 13.45 Uhr
Ganztags:	Montag - Donnerstag	7.30 - 17.00 Uhr
	Freitag	7.30 - 15.00 Uhr
Krippe:	Montag - Freitag	7.30 - 13.30 Uhr

Die Höhe unserer Beiträge:

Betreuungsform	1. Kind	2. Kind	3. Kind	4. Kind
Regelgruppe	89,00 €	68,00 €	45,00 €	16,00 €
VÖ-Gruppe	115,00 €	87,00 €	59,00 €	20,00 €
Ganztags	263,00 €	195,00 €	132,00 €	54,00 €
Krippe	288,00 €	240,00 €	168,00 €	72,00 €

Wir bieten auch flexible Formen von Ganztagsbetreuung an. Bitte fragen Sie nach unseren konkreten Angeboten. Ihre Anmeldung nimmt Frau Fritz gerne entgegen. Für telefonische Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Sie und Ihre Kinder!

Jugendteam

Öffnungszeiten

- mittwochs 18:00 bis 22:00 Uhr
- freitags 19:00 bis 24:00 Uhr

Das Jura-Team

Aktuelle Infos auf: www.jura-sexau.de

Musikschule Nördlicher Breisgau

Neu!! Musikgarten in Vörstetten

Der Musikgarten lädt Kleinkinder von 1 ½ - 3 Jahren und deren Eltern zum gemeinsamen Musizieren ein. Musikalische Kinderspiele, Tänze und Singen sowie der Einsatz einfacher Instrumente wie Klanghölzer, Glöckchen, Rasseln und Trommeln führen das Kind in die Welt der Klänge.

Wo? Kindergarten Wirbelwind, Alemannenstraße, Mehrzweckraum

Leitung: Christina Agostini

Wann? Mittwochs, 16.00-16.45 Uhr (ab Februar 2014)

Schnuppertermine ohne Anmeldung: Mittwoch, 22.01.14 und Mittwoch, 29.01.14 (bitte bequeme Kleidung mitbringen)
Information und Anmeldung bei der Geschäftsstelle der Musikschule Nördlicher Breisgau

Karl-Friedrich-Str.22

79312 Emmendingen

Tel.: 07641/52565

E-Mail: info@musikschule-em.de

Sonstiges

Anmeldungen zum Schuljahr 2014/15 beim Berufsschulzentrum Waldkirch

In der Zeit vom 1. Februar – 1. März 2014 (Mo.-Fr. 8 - 12 Uhr, Mo. - Do. 14 - 16 Uhr) nimmt das Berufsschulzentrum Waldkirch Anmeldungen für das nächste Schuljahr (ab 15.09.2014) für folgende Schularten entgegen:

1. Wirtschaftsgymnasium (Abitur)
2. Sozialwissenschaftliches Gymnasium (Abitur)
3. Wirtschaftsoberschule (Abitur/2. Bildungsweg)
4. Kaufmännisches Berufskolleg I und II (Fachhochschulreife)
5. Technische Berufskolleg I und II (Fachhochschulreife)
6. Kfm. Berufskolleg Wirtschaftsinformatik (Fachhochschulreife)
7. Wirtschaftsschule (Mittlere Reife)
8. Berufseinstiegsjahr (BEJ)
9. Einjährige Berufsfachschule Metall

Anmeldeunterlagen: letztes Zeugnis + Lebenslauf + Lichtbild.

Weitere Auskünfte: T. 07681 47932-0 oder www.bsz-waldkirch.de

KIRCHLICHE NACHRICHTEN

Evangelische Kirche Sexau

Sonntag, 19. Januar

10.00 Uhr Gottesdienst (Pfr. Hartwig) mit Einführung und Verabschiedung der Kirchengemeinderäte

Mittwoch, 22. Januar

10.00 Uhr Krabbelgruppe im Gemeindesaal

17.30 Uhr Konfirmandenunterricht im Gemeindesaal

Donnerstag, 23. Januar

15.30 Uhr Jungchar der Spatzen (Vorschüler – 2. Klasse)

Voranzeige:

Gemeinsam mit den katholischen Gemeindegliedern aus Sexau findet am 26. Januar wieder der ökumenische Suppenntag statt. Beginn des Gottesdienstes ist um 10.30 Uhr. Nach dem Kirchgang sind alle zur traditionellen Suppe und guten Gesprächen in den Geschwister-Roser-Saal eingeladen.

Schrottsammlung

Der Container für die Altmittel-Sammlung zugunsten unserer Kinder- und Jugendarbeit hat einen neuen Standort: Vor dem Bauhof in der Elzstraße. Bitte deponieren Sie den metallenen Wertstoff, den Sie uns anvertrauen möchten, im Container, falls er zu schwer zum Hineinhieven ist, unmittelbar davor. Bitte keinen Elektroschrott einwerfen. Aus Motoren bitte zuvor das Öl ablassen.

Öffnungszeiten des Pfarramtes

Jeweils von Dienstag – Donnerstag von 9.00 Uhr – 12.00 Uhr können Sie sich mit Ihren Anliegen an Pfarramtssekretärin Bianka Willaredt, Tel. 8351 wenden.

Infos zur Kirchengemeinde finden Sie auch unter www.eki-sexau.de



CVJM

**Freitag, 17. Januar**

14:30 Uhr Scout-Jungsgruppe 9-11 Jahre im Häusle
16:00 Uhr Scout-Jungsgruppe 12-14 Jahre im Häusle

Montag, 20. Januar

17:00 Uhr Mädchenjungschar (3.-6. Klasse) im Kigo-Raum im alten Schulhaus

18:30 Uhr CVJM-Theater-Gruppe ab 12 Jahre im Häusle

Mittwoch, 22. Januar

19:30 Uhr Jugendkreis Konfirmanden 2012/2013 im Häusle

19:30 Uhr Jugendhauskreis

Freitag, 24. Januar

14:30 Uhr Scout-Jungsgruppe 9-11 Jahre im Häusle

Homepage

Unter www.cvjm6au.de finden Sie nähere Informationen über den CVJM, die Jugendgruppen, Freizeiten etc.

E-Mail-Adresse

Unter folgender E-Mail-Adresse CVJM.Sexau@googlemail.com können Sie gerne Kontakt zu uns aufnehmen.

Evangelische Kirche Freiamt

Sonntag, 19. Januar 2014**2. Sonntag nach Epiphania**

10.00 Uhr **Mußbach**
zentraler Gottesdienst für ganz Freiamt; im Anschluss
Neujahrsempfang im Gemeindehaus Mußbach

Katholische Kirche
(Seelsorgeeinheit)**Freitag, 17. Januar**

09.30 Uhr Hl. Messe (St. Bonifatius)

Samstag, 18. Januar

18.30 Uhr Hl. Messe (St. Bonifatius)

Sonntag, 19. Januar

10.30 Uhr Hl. Messe (St. Johannes)

Dienstag, 21. Januar

18.30 Uhr Hl. Messe (St. Johannes)

Mittwoch, 22. Januar

18.30 Uhr Hl. Messe (St. Bonifatius)

Freitag, 24. Januar

09.30 Uhr Hl. Messe (St. Bonifatius)

SENIOREN

Altenclub

Zum Vormerken:

Dienstag, 28. Januar 2014, 14.30 Uhr, Bürgerbegegnung beim Rathaus.

Dias und Filme unserer Veranstaltungen und Fahrten im vergangenen Jahr.

Heute schon herzliche Einladung.

Marlies Schumacher

DRK Seniorengymnastik

Jeden Donnerstag von 9.15 bis 10.15 Uhr in der Bürgerbegegnung, Geschwister-Roser-Saal
Leitung: Renate Petersen-Dittmann, Tel. 6663.

DRK Fahrdienst

Fahrdienst für die älteren Mitbürger, damit sie an den vielfältigen Angeboten teilnehmen können.

Das Fahrzeug ist behindertengerecht ausgestattet. Der Fahrdienst wird in Absprache mit dem DRK über die jeweiligen Einrichtungen/Veranstalter organisiert.

VEREINSNACHRICHTEN

Akkordeon-Club

**Bewirtungsstand beim Jubiläumsumzug der Hornwaldgeischer**

Beim Jubiläumsumzug der Hornwaldgeischer am **Sonntag, den 19. Januar 2014** machen wir im Hof von Haushaltswaren Wolfesperger (Lörchstraße 6) einen Bewirtungsstand mit Essen und Getränken.

Wir freuen uns über Ihren Besuch.

Die Vorstandschaft des Akkordeon-Club Sexau e.V.

Angelsportverein

**Info für die Jungangler und aktiven Mitglieder:**

Am kommenden Samstag, 18.01.2014, findet der erste Arbeitseinsatz dieses Jahres statt, Treffpunkt ist um 08:30 Uhr am Vereinsheim.

Es werden Arbeiten am Bach durchgeführt, bitte entsprechende Arbeitsgeräte und Arbeitskleidung mitbringen.

Bitte die folgenden weiteren, vorgesehenen Termine vormerken: 01.02.2014, 15.02.2014, 22.03.2014.

BLHV Ortsverein

Kreisversammlung

Wir laden alle Mitglieder des BLHV-Kreisverbands Emmendingen sehr herzlich ein am

Dienstag, 21. Januar 2014, um 20:00 Uhr

im Dorfgemeinschaftshaus Maleck

Kirchgässle 7, 79312 Emmendingen-Maleck

zu einem Vortrag mit anschließender Fragerunde zum Thema:

Landwirtschaftlicher Straßenverkehr - Was ist bei Fahrzeugen, Anhängern, Ladungssicherheit, Führerschein etc. zu beachten?

von Ernst Riedel, SVLFG, Abt. Landwirtschaftliche Unfallversicherung Baden-Württemberg und Bernhard Stehlin, Polizeioberrat, mit Markus Häringer, Polizeikommissar, Verkehrspolizeidirektion Freiburg.



Die Landwirte sehen sich beim Führen ihrer Fahrzeuge und Anhänger vermehrt Kontrollen ausgesetzt. Die Schlepper, Anhänger und Anbaugeräte wurden in den letzten Jahren immer größer und breiter. Die Einhaltung der Sicherheitsregeln und Vorschriften ist nicht einfacher geworden und diese werden uns aus erster Hand mit Beispielen aus der Praxis erläutert werden.

Diakonieverbund Freiamt-Sexau e.V.

Nachbarschaftshilfe Sexau

Am Donnerstag, den 30. Januar 2014 um 19.30 Uhr, findet unser nächstes Treffen in den Räumen der Tagesbetreuung statt.

Wir bitten um vollzähliges Erscheinen.

Annette Göppert

Brigitte Zimmermann

DRK Ortsverein

Am 25.1.2014 ist die nächste Altpapiersammlung vom DRK OV Sexau. Bitte stellen Sie Ihr Altpapier wie gewohnt bis spätestens um 8.00 Uhr an die Straße.

Die Helfer treffen sich um 8.00 Uhr bei den Containern am Bergmattenhof. Freiwillige Helfer aus der Bevölkerung sind herzlich eingeladen zu helfen, wir sind um jede Hilfe dankbar die wir erhalten.

Fasnachts-Club



Fahrplan für die Sexauer Fasnet:

Samstag, 08. Februar 2014:

Narrenbaumstellen am Dorfbrunnen

Unser Narrenbaum wird um 15.11 Uhr auf dem Dorfplatz aufgestellt.

Feiern Sie mit uns dieses Ereignis. Für das leibliche Wohl und die musikalische Unterhaltung wird gesorgt sein. Auch der Kartenvorverkauf für die große Narrensitzung beginnt während dieser Veranstaltung.

An diesem Tag wollen wir auch unser Kinderprinzenpaar für die laufende Kampagne vorstellen. Für alle Kinder zwischen acht und elf Jahren, die Lust haben, mit uns eine tolle und aufregende Kampagne, als Prinzessin oder Prinz zu erleben, besteht noch die Möglichkeit sich dafür zu bewerben. Eure Bewerbung schickt bitte bis spätestens 31. Januar per E-Mail an: lafri-mama@lafri.de, oder meldet euch bei Christine Wieber, Telefon 95 42 342.

Donnerstag, 27. Februar 2014:

Hemdglunkerumzug und anschließend Hemdglunkerball

Ab 17.11 Uhr Aufstellung in der Andlaustraße. Der Umzug startet um 18.11 Uhr. Bevor es losgeht können sich die kleinen Hemdglunker wieder mit einer heißen Wurst stärken. Nach dem Umzug geht es dann gemeinsam in die Hochburghalle zum Hemdglunkerball.

Freitag, 28. Februar:

Kinderfasnet in der Hochburghalle

Einlass ab 13.00 Uhr. Beginn des närrischen Programms von, mit und für kleine Narren ist um 14.11 Uhr.

Samstag, 01. März 2014:

Große Narrensitzung in der Hochburghalle

Saalöffnung ab 19.11 Uhr. Beginn 20.11 Uhr. Zum Tanz spielt die Band „Halbtrocken“.

Montag, 03. März:

Lafri-Schoppen in der Hochburghalle

Um 10.11 Uhr öffnet sich die Halle zum traditionellen Lafri-Schoppen. Beginn dieser Veranstaltung (nur für Männer ab 16 Jahren) ist um 11.11 Uhr. **Der Eintritt ist frei.**

Auf Ihren Besuch bei unseren Veranstaltungen freuen sich die Aktiven des Fasnachts-Clubs Sexau.

Lafri - Lafro!

Prinzenpaar gesucht!

Ein hoheitliches "Lafri-Lafro" den Sexauer Jungs und Mädels!

Auch in dieser Kampagne sind wir wieder auf der Suche nach Kindern, die die Sexauer Fasnacht in der Rolle des Prinzenpaares erleben möchten. Unterhaltsame Sitzungen in unserer Halle, die Teilnahme an Umzügen auf der legendären Lafri-Lok und viele "Untertanen" warten auf euch mit Spannung. Wer Lust und Zeit hat und das Einverständnis seiner Eltern bekommt, der sollte sich nun ganz schnell melden! Toll wäre es, wenn du zwischen acht und elf Jahre alt wärst!

Bei Interesse meldet ihr euch bitte zunächst bei: Christine Wieber, Telefon 95 42 342

Freiwillige Feuerwehr

Sonntag 19.01.14

Umzug Hornwaldgeister

Treffpunkt 10 Uhr

Samstag 25.01.14

Generalversammlung 20 Uhr

Feuerwehrgerätehaus

Hornwaldgeischer



Sperrungen Jubiläumswochenende

1. Liebe Sexauer, der Termin für unser Jubiläumswochenende rückt immer näher, deshalb möchten wir an dieser Stelle auf diverse zusätzliche Verkehrsvorschriften hinweisen.
1. Am 18.01.2014 wird der Bereich zwischen der „Einmündung“ Reichenbächle und der Grundschule ab 19:00 Uhr als Tempo- 30-Zone ausgeschildert sein.
2. Die **Ortsdurchfahrt** vom Kreisverkehr in Richtung Freiamt ist bis auf Höhe der Sonnenstube **am 19.01.2014 von ca. 13:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr vollständig gesperrt.**
3. Diese Sperrung gilt auch für Anwohner, d.h. ab 13:00 Uhr darf kein Fahrzeug mehr passieren.
4. **Ebenfalls vollständig gesperrt ist ab 12:00 Uhr der Bereich der Aufstellung** (Andlaustraße / Burgweg / Tannenweg / Breitestraße).
5. Der komplette Parkplatz um die Hochburghalle wird Samstag und Sonntag gesperrt sein. Keine Parkmöglichkeiten!!
6. **Im gesamten Bereich der Aufstellung und der Umzugsstrecke** (Lörchstraße / Dorfstraße / Wassergäble/ Ernst Bühler Weg) gilt **am 19.01.2014 ein absolutes Halte- und Parkverbot.** Sollten während der Sperrung Fahrzeuge benötigt werden, so müssen diese vor Sonntag außerhalb des oben genannten Bereiches abgestellt werden!!
7. Die **Emmendinger Straße** (vom Ortseingang aus Richtung Kollmarsreute bis zum Kreisverkehr) sowie Waldkircher Straße und die o.g. **Umzugsstrecke** werden **am 19.01.2014 als Tempo-30-Zone** ausgeschildert !!
8. Um Beschädigungen an Fahrzeugen und Probleme im Ablauf des Umzuges zu vermeiden bitten wir um strikte Einhaltung dieses Halte- und Parkverbotes.
9. Für die oben genannten Bereiche haben wir für Montagmorgen eine generelle Straßenreinigung in die Wege geleitet.



10. Sollte es trotz allem zu Problemen oder Beschädigungen kommen, können Sie diese unter 0179/1232106 direkt an uns (Stephanie Schneider) weitergeben.

Die Aufstellung sowie weitere Infos sind auf unserer Homepage: www.hornwaldgeischder.de zu finden. Zudem hat seit kurzem der Vorverkauf unserer „Umzugsplaketten“ begonnen! Die Plaketten können zum Preis von je 3,- € bei Haushaltswaren Wolfperger und Schreibwaren Spöri erworben werden. Mit der Hoffnung auf schönes Wetter und einen reibungslosen Ablauf wünschen wir allen viel Spaß bei unserem Jubiläumswochende/Jubiläumsumzug.

Mit närrischen Grüßen

Stephanie Schneider

1. Vorsitzende

Hornwaldgeischder Sexau

Landfrauenverein



Strickabend im Gasthaus Löwen

Unser nächster Strickabend findet statt am Montag, den 20. Januar um 16.00 Uhr.

Mitgliederausflug "Ins Land der Windmühlen"

Wir laden euch herzlich ein zu unserem Jahresausflug -mit Partner- nach Holland vom 08. - 11.05.2014 unter anderem zum IJsselmeer mit Schifffahrt und Dampfzugfahrt, Amsterdam und Grachten.

Kosten für Mitglieder 200,- Euro, Partner entrichten den vollen Reisebetrag in Höhe von 425,00 Euro. Anzahlung von erstmal 100,- Euro bitte auf der Raiffeisenbank Sexau, Kontonummer 6557732, BLZ 68062105.

Weitere Infos liegen bei der Raiffeisenbank Sexau sowie im Aushang im Raiffeisen-Lagerhaus Sexau aus. Telefonische Infos erhalten Sie bei Bärbel Schillinger, Tel: 41558.

Anmeldung bitte bis Ende Januar.

Poloshirt der LandFrauen Sexau

ACHTUNG: Wer noch ein Poloshirt bestellen möchte, sollte sich bei Karin Gutjahr melden unter Tel: 52521.

VERANSTALTUNGEN IN SEXAU

Spieltreff für Erwachsene



Spielen Sie gerne "Mensch ärgere Dich nicht", Karten- oder Würfelspiele, Mühle, Dame usw.? Dann kommen Sie am **Dienstag, dem 21. Januar 2014, von 14.30 - 17.00 Uhr** zu uns in die Bürgerbegegnung Sexau, kleiner Saal - vorbeikommen und mitmachen -. Neue Mitspieler/innen sind gerne willkommen.

Rückfragen bei Monika Enke, Tel.: 6746

VERANSTALTUNGEN IN EMMENDINGEN

Fr., 17.01.14 **Doctor Marrax: Zauberkunst einer vergangenen Zeit?**

Schlosskeller e.V., 13,00 € ermäßigt 11,00 €, 20:30 Uhr

Sa., 18.01.14 **Punk, Rock mit First Spring - Next Release - My Sick Story**

Schlosskeller e.V., 6,00 €, 20:30 Uhr

So., 19.01.14 **"O Heiland, reiß die Himmel auf" Weihnachtsmusik mit dem Blockflötenkreis der Kantorei**

Leitung: Uwe Schlottermüller, Evangelische Stadtkirche, Evangelisches Bezirkskantorat Emmendingen, 17:00 Uhr

So., 19.01.14 Allianz-Gebetsabend

"Wir beten für unsere Stadt und für unser Land", Bürgeraal, Altes Rathaus, Deutsche Evangelische Allianz e.V., 19:00 Uhr

WAS SONST NOCH INTERESSIERT

Informatives

Mit „süßen Sonntagen“ und Work-outs zum Wunschgewicht

Ein Klassiker führt viele Listen mit guten Vorsätzen fürs neue Jahr an: Weg mit dem Weihnachtspeck. Nur wie? Immer wieder verlangen Diäten, auf Genuss zu verzichten. Das Wort „Diät“ stammt aus dem Griechischen und bedeutet „Lebensführung“. Die Vorstellung ist, dass man im Zuge einer Diät seine Ernährung dauerhaft umstellt und mit Bewegung kombiniert. Auf dem Weg zum Wunschgewicht sind auch „süße Sonntage“ erlaubt. Dann darf man mit gutem Gewissen und in Maßen naschen.

Wie lässt sich Sport in eine Diät integrieren?

Generell empfiehlt sich direkt nach dem Aufstehen ein zehninütiges Fitness-Training auf nüchternen Magen. Das kurbelt die Fettverbrennung besonders gut an. Alternativ kann man auch 30 Minuten joggen oder walken. Natürlich sollte die Bewegung auf die persönliche Fitness abgestimmt sein. Lauffanfänger sollten dreimal pro Woche: Walken oder Laufen im Wohlfühltempo - aber mit ein paar kleinen „Sprints“ über 10-15 Sekunden, denn das gibt die richtigen Impulse!

Diättipps

Man kann zum Beispiel Weißmehl, Zucker und Fertiggerichte für eine Woche - gern auch länger - vom Speiseplan streichen. Um den Appetit zu zügeln, kann man vor jeder Mahlzeit ein kleines rohes Stück Ingwer essen, ein Glas Rote-Bete-Saft trinken oder die Zähne putzen. Verdauungspausen sind ebenfalls wichtig. - Also am besten drei Stunden vor dem Schlafengehen nichts mehr essen.

Zum Beispiel an zwei Abenden pro Woche sich einen Abnehm-Quark gönnen. Dazu 500 g Magerquark mit zwei EL Leinöl mischen, den Saft von zwei Zitronen, drei EL Honig, etwas Zimt oder Vanille, einem EL gehackte Mandeln, Walnüssen oder Hanfnüssen und einen klein geschnittenen Apfel oder eine kleine Schale Himbeeren unterheben. Das schmeckt und ist eine gesunde Einstiegs-Eiweißmahlzeit.

Wer abnehmen möchte und wenig Zeit hat, kann sein Fitness-Programm zum Beispiel mit „Molke“ kombinieren. Es kommt als Frühstücksgetränk oder als Ersatz für ein Abendessen auf den Tisch. Hochwertiges Eiweiß in dem Molkekonzentrat dient dazu, den Fettstoffwechsel zu aktivieren und den Muskelaufbau zu unterstützen. Außerdem sind die Nährstoffe Cholin und Vitamin D sowie der „Muskelzündstoff“ Magnesium, die Spurenelemente Zink und Selen und einige Pflanzenextrakte enthalten.

Quelle: djd Reichenberg

Fragen an die Tierärztin?

Sorgen Sie sich um Ihr Haustier? Allgemeine Fragen zu Verhalten, Pflege und Ernährung beantwortet unsere Tierärztin Dr. Vegani unter der E-Mail-Adresse

tierarztfragen@nussbaummedien.de

Ausgewählte Fragen und Antworten finden Sie regelmäßig in den Amts- und privaten Mitteilungsblättern von Nussbaum Medien Weil der Stadt, Rottweil und UHINGEN unter der Rubrik „Was sonst noch interessiert“.

Bitte beachten Sie, dass keine Auskünfte zu akuten Erkrankungen Ihres Tieres möglich sind.

In diesem Fall wenden Sie sich bitte an einen Tierarzt in Ihrer Nähe.