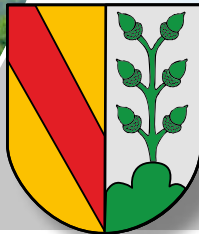


SEXAUER BOTE



Mitteilungen
der Gemeinde
SEXAU

Diese Ausgabe erscheint auch online

Freitag, 28. Februar 2020

AMTLICHE BEKANNTMACHUNGEN



Haushaltssatzung und Bekanntmachung der Haushaltssatzung

1. Haushaltssatzung der Gemeinde Sexau für das Haushaltsjahr 2020

Auf Grund von § 79 der Gemeindeordnung für Baden-Württemberg hat der Gemeinderat am 16.01.2020 die folgende Haushaltssatzung für das Haushaltsjahr 2020 beschlossen:

§ 1 Ergebnishaushalt und Finanzhaushalt

Der Haushaltsplan wird festgesetzt

| 1. | im Ergebnishaushalt mit den folgenden Beträgen | EUR |
|-----|--|---------------|
| 1.1 | Gesamtbetrag der ordentlichen Erträge von | 8.303.360,00 |
| 1.2 | Gesamtbetrag der ordentlichen Aufwendungen von | -8.780.885,00 |
| 1.3 | Veranschlagtes ordentliches Ergebnis (Saldo aus 1.1 und 1.2) von | -477.525,00 |
| 1.4 | Gesamtbetrag der außerordentlichen Erträge von | 300.000,00 |
| 1.5 | Gesamtbetrag der außerordentlichen Aufwendungen von | 0,00 |
| 1.6 | Veranschlagtes Sonderergebnis (Saldo aus 1.4 und 1.5) von | 300.000,00 |
| 1.7 | Veranschlagtes Gesamtergebnis (Summe aus 1.3 und 1.6) von | -177.525,00 |
| 2. | im Finanzhaushalt mit den folgenden Beträgen | |
| 2.1 | Gesamtbetrag der Einzahlungen aus laufender Verwaltungstätigkeit von | 7.827.315,00 |
| 2.2 | Gesamtbetrag der Auszahlungen aus laufender Verwaltungstätigkeit von | -7.718.930,00 |
| 2.3 | Zahlungsmittelüberschuss/-bedarf des Ergebnishaushalts (Saldo aus 2.1 und 2.2) von | 108.385,00 |
| 2.4 | Gesamtbetrag der Einzahlungen aus Investitionstätigkeit von | 590.000,00 |
| 2.5 | Gesamtbetrag der Auszahlungen aus Investitionstätigkeit von | -4.250.640,00 |
| 2.6 | Veranschlagter Finanzierungsmittelüberschuss/-bedarf aus Investitionstätigkeit (Saldo aus 2.4 und 2.5) von | -3.660.640,00 |
| 2.7 | Veranschlagter Finanzierungsmittelüberschuss/-bedarf (Saldo aus 2.3 und 2.6) von | -3.552.255,00 |

| | | |
|------|--|---------------|
| 2.8 | Gesamtbetrag der Einzahlungen aus Finanzierungstätigkeit von | 0,00 |
| 2.9 | Gesamtbetrag der Auszahlungen aus Finanzierungstätigkeit von | -23.150,00 |
| 2.10 | Veranschlagter Finanzierungsmittelüberschuss/-bedarf aus Finanzierungstätigkeit (Saldo aus 2.8 und 2.9) von | -23.150,00 |
| 2.11 | Veranschlagte Änderung des Finanzierungsmittelbestands, Saldo des Finanzhaushalts (Saldo aus 2.7 und 2.10) von | -3.575.405,00 |

§ 2 Kreditermächtigung

Der Gesamtbetrag der vorgesehenen Kreditaufnahmen für Investitionen und Investitionsförderungsmaßnahmen (Kreditermächtigung) wird festgesetzt auf 0,00 EUR

§ 3 Verpflichtungsermächtigungen

Der Gesamtbetrag der vorgesehenen Ermächtigungen zum Eingehen von Verpflichtungen, die künftige Haushaltsjahre mit Auszahlungen für Investitionen und Investitionsförderungsmaßnahmen belasten (Verpflichtungsermächtigungen), wird festgesetzt auf 0,00 EUR

§ 4 Kassenkredite

Der Höchstbetrag der Kassenkredite wird festgesetzt auf 0,00 EUR

§ 5 Steuersätze

Die Steuersätze (Hebesätze) werden festgesetzt

1. für die Grundsteuer
 - a) für die land- und forstwirtschaftlichen Betriebe (Grundsteuer A) auf 320 v.H.
 - b) für die Grundstücke (Grundsteuer B) auf 350 v.H. der Steuermessbeträge;
2. für die Gewerbesteuer auf 340 v.H. der Steuermessbeträge.

79350 Sexau, 16.01.2020

gez. Goby

Bürgermeister

2. Bekanntmachung der Haushaltssatzung

Die vorstehende Haushaltssatzung mit ihren Anlagen für das Haushaltsjahr 2020 wird hiermit öffentlich bekannt gemacht. Die vom Gemeinderat beschlossene Haushaltssatzung mit ihren Anlagen wurde gemäß § 81 Absatz 2 GemO der Rechtsaufsichtsbehörde am 22.01.2020 vorgelegt.

Die Bestätigung der Gesetzmäßigkeit durch die Rechtsaufsichtsbehörde wurde am 14.02.2020 erteilt.

Der Haushaltsplan liegt zur Einsichtnahme vom 02.03.2020 bis 11.03.2020 im Rathaus Sexau, Dorfstraße 61, Zimmer 10 (Rechnungsamt) öffentlich aus.

79350 Sexau, 28.02.2020

gez. Goby

Bürgermeister



NOTDIENSTE / NOTRUF



Ärzte

Ärztlicher Bereitschaftsdienst/Allgemeiner Notfalldienst
Kostenlose, zentrale Telefon-Nr.: **116 117**

Notfallpraxis am Kreiskrankenhaus Emmendingen,
Gartenstr. 44, 79312 Emmendingen
Öffnungszeiten der Notfallpraxis am Kreiskrankenhaus
(vorherige Anmeldung nicht erforderlich)
Montag, Dienstag und Donnerstag von 19 bis 22 Uhr
Mittwoch und Freitag von 16 bis 22 Uhr
Samstag, Sonn- und Feiertage von 8 bis 22 Uhr

Kinder-Notfallpraxis am St. Josefskrankenhaus Freiburg,
Sautierstr. 1, 79104 Freiburg

Öffnungszeiten: Mo. bis Do. von 19 – 23 Uhr /
Fr. von 16 – 23 Uhr / Sa., So. und Feiertage 8 – 23 Uhr.
Rufnummer: **0761 80 99 80 99**
Kinderärztlicher Notfalldienst: **0180 60 76 111**

Universitätsklinikum Freiburg (Erwachsene),
Hugstetterstr. 55, 79106 Freiburg

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. von 20 – 24 Uhr / Mi.,
Fr. von 16 – 24 Uhr / Sa., So. und Feiertage 8 – 24 Uhr.

Universitätsaugenklinik Freiburg (Augen)

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. von 19 – 22 Uhr /
Mi. von 13 – 22 Uhr Sa., So. und Feiertage von 8 – 22 Uhr.
Augenärztlicher Notfalldienst: **0180 60 75 311**

Zahnärzte

Am Wochenende zu erreichen unter Tel.: **0180 3 222 555 - 70**

Apotheken-Notdienst

Dienstbereitschaft über 24 Stunden von 8:30 – 8:30 Uhr des
folgenden Tages: Am Freitag, den 28.02.2020 - „Waldhorn-
Apotheke“, Emmendinger Str. 6, Sexau, Telefon: 07641-47575.
Den Bereitschaftsdienst der diensthabenden Apotheken
im Landkreis entnehmen Sie bitte dem Hinweis an der
„Waldhorn-Apotheke“, Emmendinger Str. 6, Sexau oder
unter Telefon: 0800 0022833, Internet:
www.apothekennotdienst-bw.de.

Polizei **110**
Feuerwehr, Notarzt, Rettungswagen **112**
Krankentransport **19 222**
Notruf-Fax **112**
(für schwerhörige, ertaubte, gehörlose und sprachgeschädigte Personen).
Giftnotruf **0761 1 92 40**
Notruf Wasserversorgung **0160 920 189 67**
(Gemeinde Sexau)
Störungsstelle Strom **0800 3 62 94 77**
Störungsstelle Erdgas (badenova) **0800 2767767**

Bezirksschornsteinfeger Manuel Klausmann,
Dorfstraße 65, 79215 Elzach,
Tel. 07682 9489992,
klausmann.manuel@web.de



Wirtschaftsplan des Eigenbetriebes - Liegenschaften Rathausareal - der Gemeinde Sexau

Der Gemeinderat Sexau hat in seiner Sitzung am 16.01.2020
aufgrund § 14 EigBG in Verbindung mit § 96 der Gemeinde-
ordnung Baden-Württemberg den Wirtschaftsplan für das
Wirtschaftsjahr 2020

wie folgt festgesetzt:

§ 1 Wirtschaftsplan

Der Wirtschaftsplan für das Jahr 2020 wird festgesetzt mit
Einnahmen und Ausgaben in Höhe von je: **449.085,00 €**
davon:

1. Erfolgspläne:
im Erfolgsplan insgesamt: **260.800,00 €**
2. Vermögensplan:
im Vermögensplan insgesamt: **188.285,00 €**

§ 2 Kredite

Der Gesamtbetrag der im Vermögensplan vorgesehenen
Kredite wird festgesetzt auf: **0,00 €**

§ 3 Verpflichtungsermächtigung

Der Gesamtbetrag der im Vermögensplan vorgesehenen
Verpflichtungsermächtigungen wird festgesetzt auf: **0,00 €**

§ 4 Kassenkredite

Der Höchstbetrag der Kassenkredite, der im lfd. Wirt-
schaftsjahr zur rechtzeitigen Leistung von Ausgaben in An-
spruch genommen werden darf, wird festgesetzt auf:
20.000,00 €

79350 Sexau, den 16. Januar 2020
gez. Goby, Bürgermeister

Der Wirtschaftsplan ist in der Zeit von Montag, 02.03.2020
bis Mittwoch, 11.03.2020, je einschließlich auf dem Rathaus
Dorfstraße 61, Zimmer 10 (Rechnungsamt), während den
üblichen Dienststunden ausgelegt.
Die Bestätigung der Gesetzmäßigkeit durch die Rechtsauf-
sichtsbehörde wurde am 14.02.2020 erteilt.

79350 Sexau, den 28. Februar 2020
gez. Goby, Bürgermeister

AMTLICHE MITTEILUNGEN

Die Gemeinde Sexau verkauft

Die Gemeinde Sexau verkauft Umzugskartons (2 x be-
nutzt):
Stückpreis: 0,50 €, zu den bekannten Öffnungszeiten bei
Frau Holderer, Zimmer 6 (Rathaus) zu erwerben.

Aus dem Gemeinderat

Bekanntgabe der Beschlüsse aus der öffentlichen Sitzung vom 13.02.2020

**Beschlüsse zur 4. Änderung des Bebauungsplanes "Zeh-
nerhaag und Wegacker" mit örtlichen Bauvorschriften
nach § 74:**

- Den Abwägungsvorschlägen der Verwaltung zu den Stel-
lungnahmen aus der 2. Offenlage wurde zugestimmt.
- Die 4. Bebauungsplanänderung wurde als Satzung be-
schlossen.
- Die örtlichen Bauvorschriften zur 4. Änderung des Bebau-
ungsplanes „Zehnerhaag und Wegacker“ wurden als Sat-
zung beschlossen.

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 07033 3204928

Verantwortlich für den amtlichen Teil, alle sonstigen Verlaut- barungen und Mitteilungen:

Bürgermeister Michael Goby oder sein Vertreter im Amt
Für „Was sonst noch interessiert“ und den Anzeigenteil:
Klaus Nussbaum

Es gilt die jeweils aktuelle Anzeigen-Preisliste.

**Beschlüsse zum Neubau der Kinderbetreuungsstätte U3 in Modulbauweise, Moosweg 21:**

- Der vorgelegten Genehmigungsplanung wurde zugestimmt.
- Der Ausführungsplanung wurde wie vorgestellt mit den entsprechenden Optionen zugestimmt. Die Module für 3 Gruppen sollen zum Kauf ausgeschrieben werden. Alternativ soll der Kauf von Modulen für zwei Gruppen und die Miete der restlichen Module für eine Gruppe ausgeschrieben werden.

Weitere Beschlüsse:

- Die Aufträge für die Anschaffung von EDV für die Gemeindeverwaltung wurden wie folgt vergeben: Hardware: Firma G & R Freiburg (11.973,78 €); Software: Firma Comparex, Leipzig (6.530,80 €); Installation/Dienstleistung: Firma G & R Freiburg auf Stundenbasis.
- Der Gemeinderat beschloss den Verkauf des Feuerwehrfahrzeuges Tanklöschfahrzeugs TSF EM-S 141 an die Hobbygruppe Oldtimer-Feuerwehr-Jugend aus Grafertshofen (7.011,01 €).
- Der Annahme der Spenden aus dem Jahr 2019 wurde zugestimmt.
- Der Auftrag für die Kanal- und Schachtsanierungen 2020 (Verbandskanal und Ortskanäle) wurden an die Firma Koßmann Kanal- und Umwelttechnik GmbH, Kappel-Gräfenhausen vergeben (258.757,17 €), sofern der Abwasserzweckverband Untere Elz der Vergabe noch zustimmt.
- Der beantragten Befreiung für die Überschreitung der Wandhöhe im Bereich des neuen Balkons und für die Ziegelfarbe im Rahmen des Wohnhausumbaus – Waldkircher Str. 32, FlstNr. 2174 – wurde zugestimmt und das damit verbundene Einvernehmen der Gemeinde erteilt.
- Der Auftrag für die Lieferung der Möbel für die Ausstattung der neuen Schutzhütte beim Waldkindergarten Moosweg 35/1 wurde an die Firma Josef Singler, Waldkirch-Buchholz, vergeben (10.852,80 €).

Bekanntgabe der Beschlüsse aus der nichtöffentlichen Sitzung vom 13.02.2020

Aufgrund einer Vertriebsveränderung bei der Deutschen Post, beschloss der Gemeinderat das Amtsblatt zukünftig in den Außenbezirken durch einen Minijobber zu verteilen. Die Verteilung des Amtsblattes erfolgt im Ortsgebiet weiterhin durch Austräger.

Fundbüro

Es wurde gefunden und hier abgegeben:

Versch. Schlüssel in einem Mäppchen- gefunden Rebbergweg

Die Fundsache kann im Rathaus, Dorfstraße 61, Zimmer 3, Tel. 07641 - 9268-19 abgeholt werden.

PFLEGE- UND SOZIALDIENSTE**Seniorenpflegeeinrichtung „Hochburgblick“**

(Träger: ASB Region Südbaden)
Ernst-Bühler-Weg 1, 79350 Sexau
Telefon: 07641 - 957110 - 200, Fax 07641 - 957110 - 210,
Station 1: 957110 - 201, Station 2: 957110 - 202
Heimleitung: Sherran Ann Lipsett
07641 - 957110 - 205, E-Mail: sherran.lipsett@asbsuedbaden.de
Pflegedienstleitung: Jana Behrens
07641 - 957110-205, E-Mail: jana.behrens@asbsuedbaden.de

Diakonieverbund Freiamt-Sexau e.V.

Geschäftsstelle: Dorfstr. 63, 79350 Sexau
Tel.: 07641 - 95 96 934 / Fax: 07641 - 95 96 933
Bürozeit: Di., 9:00 - 11:00 Uhr, Do., 9:00 - 12:00 Uhr

Tagespflege Moser

(Pflegedienst Moser, 79348 Freiamt)
Bürgerbegegnung Sexau, Ernst-Bühler-Weg 1,
Telefon: 07641 - 9130-24,
Öffnungszeiten: Montag – Freitag 8.30 Uhr – 16.30 Uhr

Nachbarschaftshilfe Sexau

(Träger: Diakonieverbund Freiamt-Sexau e.V.)
Einsatzleiterin: Christel Lickert, Telefon: 07641 - 95 96 934

Dorfhelferinnen-Station Freiamt-Sexau

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

Hospiz-Begleitung schwerkranker und sterbender Menschen

Hospizgruppe Denzlingen und Umgebung e.V.,
www.hospizgruppe-denzlingen.de, Tel.: 07666 3876, Ko-
ordinator: Herr Thomas Villringer, E-Mail: hospizgruppe-
denzlingen@gmx.de, Trauerbegleitung: Frau Angela Wal-
ter, Tel.: 07666 3221,
E-Mail: walterangela@freenet.de

Sozial- und Familienservice des Maschinenrings

Hauptstr. 33, 79312 Emmendingen, Telefon: 07641 - 92088-11

Ambulanter Pflegedienst Moser, 79348 Freiamt

Telefon: 07645 - 9177881-0, Fax: 07645 - 9177881-99

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

Herbstzeit – Betreutes Wohnen für alte und pflegebedürftige Menschen in (Gast-)Familien

Landvogtei 5, 79312 Emmendingen
Tel.: 07641 – 9671590 / www.herbstzeit-bwf.de

Pflegestützpunkt im Landkreis Emmendingen

Neutrale und kostenlose Information und Beratung für gesetzlich versicherte Pflegebedürftige, Angehörige und Interessierte aller Altersgruppen rund um das Thema Pflegebedürftigkeit, Pflege, Betreuungs- und Entlastungsmöglichkeiten. Beratungen werden im Pflegestützpunkt in Emmendingen, in den Außensprechzeiten oder in Hausbesuchen angeboten.

Montag - Freitag, außer Mittwoch, 8.30 - 12.00 Uhr
Donnerstag, 14:00 - 18:00 Uhr

Besucheranschrift: Markgrafenstraße 8, 79312 Emmendingen

Postanschrift: Bahnhofstr. 2-4, 79312 Emmendingen

Tel.: 07641 451 -3091, -3095, -3025

E-Mail: pflegestuetzpunkt@landkreis-emmendingen.de

Kreissenorenrat des Landkreises Emmendingen:

Internet: www.kreissenorenrat-emmendingen.de
Blinden- und Sehbehindertenverein Südbaden e.V.

Wölfliustraße 13, 79104 Freiburg

Telefon: 0761 - 36122, Telefax 0761 - 36123

E-Mail: info@bsvsb.org, Internet: www.bsvsb.org

Fachstelle Sucht (Emmendingen und Waldkirch)

Beratung, Behandlung und Prävention von Alkohol-, Medikamenten-, Glücksspiel- und Nikotinproblemen

Emmendingen: Hebelstr. 27, 07641 - 9335890, Offene Sprechstunde ohne Voranmeldung Mi. 16-17 und Do. 11-12 Uhr, **Waldkirch:** Friedhofstr. 1, Tel. 07681 - 24623, Di. u. Do. 10-17 Uhr

Nummer gegen Kummer e.V.

Kostenlose, anonyme Unterstützung bei persönlichen Sorgen und Nöten. Für Kinder und Jugendliche unter Tel. 0800 - 111 0 333 und für Eltern, Tel. 0800 - 800 0550



GEMEINDEVERWALTUNG

Gemeindeverwaltung Sexau
 Dorfstraße 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 / Bestattungswesen Herr Ganter | Tel. 9268-13 |
| Rechnungsamt Herr Klausmann | Tel. 9268-15 |
| Gemeindekasse Herr Blust | Tel. 9268-16 |
| Gewerbeamt / Tourist-Info Frau Gräßlin | Tel. 9268-18 |
| Hauptamt Frau Münz | Tel. 9268-20 |
| Hauptamt / Kinderbetreuung Frau Bergmann | Tel. 9268-21 |
| Melde-/Passamt Frau Kern/Frau Heugel | Tel. 9268-19 |
| Amtsblatt Frau Gräßlin | Tel. 9268-18 |
| | amtsblatt@sexau.de |

| | |
|-------------------------|--------------|
| Bauhof Herr Kern | Tel. 9579-36 |
| Elzstr. 18 | FAX 957958 |

| | |
|---------------------------------|-------------|
| Kernzeitbetreuung Schule | |
| erreichbar 07:45 - 08:15 Uhr | Tel. 574217 |

Forstdienststelle für Sexau
 Revierleiter Jürgen Schillinger, Tel.: 07645-913374 /
 Fax: 07645-913375 / Handy: 0172-7403678

Landratsamt Emmendingen

Vortrag über moderne Narkoseverfahren

„Wie gefährlich ist Narkose?“ Diese und viele weitere Fragen rund um das Thema „Moderne Narkose“ wird Dr. Fritz-Ulrich Hahne, Chefarzt der Abteilung Anästhesie und Intensivmedizin am Kreiskrankenhaus Emmendingen in seinem Vortrag am **Mittwoch, 11. März 2020 um 19:00 Uhr** in Bahlingen im Feuerwehrgerätehaus (Am Dorfbach 2) beantworten. Er informiert über die unterschiedlichen modernen Narkoseverfahren, die Überwachung und Sicherheit während der Narkose und die Möglichkeiten der Schmerzbehandlung nach einer Operation. Dabei geht er auch auf die Vor- und Nachteile der einzelnen Narkoseformen bei den unterschiedlichen Begleiterkrankungen ein. Der Eintritt ist frei.

Vortrag: Umgang mit der Angst bei einer Krebserkrankung

Die Psychologische Krebsberatungsstelle Freiburg bietet am **Donnerstag, 12. März 2020 um 14:00 Uhr** im Kreiskrankenhaus Emmendingen (Veranstaltungsraum U 1 im Nebengebäude des Kreiskrankenhauses) einen Vortrag zu den Angeboten für Menschen mit einer Krebserkrankung an. Thema an diesem Tag ist der Umgang mit der Angst nach Bekanntwerden der Krebs-Diagnose. Nach dem rund 45-minütigen Vortrag besteht die Möglichkeit zu einer kurzen Einzelberatung. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

„UFF'S MÜLL GLUEGT“

s'bißt mi - es juckt mich
 s'hett mi bischällät - ich bin hingefallen

MITTEILUNGEN VON ÄMTERN / BEHÖRDEN UND VERBÄNDEN

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)

Außersprechstunde 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)

Außersprechstunde 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)

Außersprechstunde donnerstagnachmittags

in Eendingen Tel.: 0152-56808748

in Elzach Tel.: 0152-09272764

Der erste Brei – so lernen Kinder essen

Die richtige Ernährung im Säuglingsalter ist für die Entwicklung der Kinder von besonderer Bedeutung. Besonders bei der Umstellung auf B(rei)kost kommen viele Fragen auf: Wann ist der richtige Zeitpunkt für den ersten Brei? Wie ist eine ausgewogene Beikost zusammengesetzt? Wie lernt das Baby vom Löffel zu essen? In einem Kurs des Landwirtschaftlichen Bildungszentrums Emmendingen-Hochburg beantwortet die Referentin für bewusste Kinderernährung diese und weitere Fragen. Außerdem wird gezeigt, wie sich Babybreie ohne viel Mühe und Zeit selbst zubereiten lassen. Der Kurs ist zweitägig und ist an den **beiden Montagen, 9. und 16. März 2020 von 9:30 bis 11:00 Uhr** im Landwirtschaftlichen Bildungszentrum Hochburg. Die Veranstaltung ist kostenlos. Die Lebensmittelkosten werden anteilig verrechnet. **Anmeldungen bis 5. März** unter kochworkshop@landkreis-emmendingen.de.

Seminar für kleinbäuerliche Geflügelhaltung und -vermarktung

Die Legehennenhaltung erfreut sich zunehmender Beliebtheit. Das auf der Hochburg angesiedelte Kompetenzzentrum Ökologischer Landbau Baden-Württemberg (KÖLBW) bietet deshalb ein **zweitägiges Seminar am Freitag, 13. März von 13:00 bis 17:00 Uhr und am Samstag, 14. März 2020 von 9:30 bis 17:00 Uhr** im Landwirtschaftlichen Bildungszentrum Emmendingen-Hochburg an. Dabei wird das Rüstzeug für Einsteiger zur Geflügelhaltung vermittelt, sie bekommen Tipps aus der Praxis zum richtigen Futter und erhalten Infos zur Vermarktung von Eiern und Geflügelfleisch. Außerdem erfolgt eine ökologische und ökonomische Bewertung der Legehennenhaltung. Die Teilnahme ist kostenlos, eine verbindliche **Anmeldung ist bis zum 6. März 2020** unter www.koel-bw.de erforderlich. Weitere Infos: Philipp Kühner, Telefon 07641 451 9171.



Kreisverband Obstbau, Garten und Landschaft Emmendingen e.V. (KOGL)

Mit den Kindern durch das Obst- und Gartenjahr

Unter diesem Motto steht die Arbeit der Kinder- und Jugendarbeit des Vereins KOGL in Kenzingen für das Jahr 2020. Passend zur Jahreszeit werden sich die Kinder mit wichtigen Themen des Gartens und des Obstanbaues im Haus- oder Schrebergarten beschäftigen. U.a. wird es darum gehen einen Gemüsegarten anzulegen, um den Schnitt von Spindelbäumen und Sträuchern, um die Ansiedlung und Schutz der freiwilligen Helfer im Garten wie Wildbienen und Vögel und weitere Themen.

Die 8 Treffen finden jeweils samstags von 13:00 bis 17:00 Uhr statt, das erste Treffen ist am 7. März. Teilnehmen können Kinder ab 8 Jahren. Die genauen Daten und weitere Infos erhalten Sie unter Tel.: 07641/451-9136 oder im Internet unter www.kogl-emmendingen.de. Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich. Die Platzzahl ist begrenzt.

März-Schnittkurs für Obstbäume

Die regelmäßigen Info-Veranstaltungen im Kreis-Lehrgarten werden in der Winterzeit an jedem ersten Samstag im Monat vormittags, ab April nach der Zeitumstellung dann wieder am ersten Freitag abends durchgeführt. Am 7. März, also noch einmal am Samstagvormittag, bietet der KOGL (Kreisverband Obstbau, Garten und Landschaft e.V.) einen Schnittkurs für Obstbäume an. Je nach Bedarf wird der Schnitt von Hochstämmen, Halbstämmen oder Spindelbäumen gezeigt. Anmeldung ist nicht erforderlich, je nach Teilnehmerzahl werden mehrere kleine Gruppen gebildet, mit denen erfahrene Fachwarte an den Bäumen die richtigen Schnittmaßnahmen erklären und mit den Teilnehmern üben. Interessierte kommen am **Samstag, den 7. März ab 10.00 Uhr** in den Lehrgarten des Kreisverbandes Obstbau, Garten und Landschaft in Kenzingen an der Alten Straße. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Spende hilft, den Lehrgarten zu erhalten. Weitere Informationen auch unter www.kogl-emmendingen.de im Internet.

BERUF, JOB, AUS- UND WEITERBILDUNG

Bundesagentur für Arbeit / Agentur für Arbeit Freiburg

Beruflich wieder einsteigen – so geht's!

In einer Telefonaktion am **Donnerstag, 5. März**, informiert Beraterin Diana König Frauen in allen Fragen des beruflichen Wiedereinstiegs. Zur Kontaktaufnahme genügt ein Anruf unter der kostenlosen Rufnummer 0800 4 5555 00 und die Nennung des Kennworts „Telefonaktionstag“ sowie des Wohnorts. Die Hotline ist geschaltet von 9 Uhr bis 15 Uhr.

Folgende Themen stehen im Vordergrund: Rückkehr ins Berufsleben, Chancen auf dem regionalen Arbeitsmarkt, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Ausbildungs- und Beschäftigungsmöglichkeiten in Teilzeit, Berufswegeplanung sowie Qualifizierungsmöglichkeiten, E-Learning-Plattformen, weitere Unterstützungsangebote der Agentur für Arbeit. Unkompliziert, niederschwellig und ohne Verpflichtung können Interessierte ihre Fragen direkt telefonisch klären. Auf Wunsch wird der Kontakt zur Arbeitsvermittlung oder der Wiedereinstiegsberatung hergestellt. Initiatorin der Telefonaktion ist Andrea Klimak. Als Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt berät sie in

der Agentur für Arbeit Freiburg in übergeordneten Fragen der Frauenförderung, der Gleichstellung von Frauen und Männern am Arbeitsmarkt und der Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Das Angebot findet statt im Rahmen der Aktionswoche zum internationalen Frauentag (8. März).

Gewerbe Akademie Freiburg

Bauschäden bewerten: Tagesseminar

An Energieberater und Baufachleute, die Feuchteschäden an Gebäuden beurteilen, richtet sich das Tagesseminar "Richtig messen bei Problemen der Bauphysik", das die Gewerbe Akademie der Handwerkskammer Freiburg anbietet. Es findet am **Freitag, 13. März, von 8 bis 15 Uhr** statt. Den Schwerpunkt bildet der Einsatz geeigneter Messinstrumente, um Raumklima, Oberflächentemperatur und Materialfeuchte zu bestimmen und diese Daten korrekt auszuwerten.

Diese Schulung wird unter bestimmten Voraussetzungen aus EU-Fördermitteln bezuschusst. So zahlen Teilnehmer ab 50 Jahren nur die Hälfte der Kursgebühr. Weitere Informationen bei der Gewerbe Akademie, Telefon 0761 15250-0, oder unter www.gewerbeakademie.de online.

Volkshochschule Nördlicher Breisgau



VHS - aktuell

Leichter und beweglich in den Frühling mit YogaIntensivworkshop (31107)

Sexau, Bürgerbegegnung, Ernst-Bühler-Weg 1, Geschwister-Roser-Saal, So., 08.03.2020, 10:30 - 16:30 Uhr

Taijiquan (31306)

Sexau, Bürgerbegegnung, Ernst-Bühler-Weg 1, Geschwister-Roser-Saal, 12-mal donnerstags, 16:20 - 17:50 Uhr, Beginn: 12.03.2020

Bau von Fledermausnisthilfen (11493)

Sexau, Grund- und Werkrealschule, Dorfstr. 38, Werkraum, Sa., 14.03.2020, 13:00 - 16:00 Uhr

Mama - Kind – Nähkurs für Mütter mit 7 - 14 Jahre alten Kindern (26036B)

Denzlingen, Brückleackerschule, Grüner Weg 10, Raum 12, Sa., 07.03.2020, 15:00 - 18:00 Uhr

Tastaturschreiben lernen in 4 Stunden (59160)

Emmendingen, Business Park Emmendingen, Freiburgerstraße 9, EDV-Raum/Bau 2/1.OG, 4-mal montags, 18:00 - 19:30 Uhr, Beginn: 09.03.2020

Handy aus - Kopf an – Kindertheater (25890)

Denzlingen, Hort an der Brückleackerschule, Stuttgarter Str. 28, Bewegungsraum, 17-mal dienstags, 17:15 - 18:45 Uhr, Beginn: 10.03.2020

Kreative Nachtfotografie (55050)

Freiburg, Studierendenwerk Freiburg, Rempartstraße 18, Eingang Mensa, Sa., 14.03.2020, 18:30 - 21:30 Uhr

Französisch (C1) - Conversation de niveau supérieur (43750)

Denzlingen, Altes Rathaus, Hauptstraße 110, Friedrich-Wiebe-Raum, 12-mal montags, 10:00 - 11:30 Uhr, Beginn: 16.03.2020

Klimapaket, CO2-Preis und neues Gebäude Energie Gesetz? Welche Chancen bietet das für mich als Eigentümer? (11598)

Denzlingen, Gymnasium, Stuttgarter Straße 15, Raum 1.024, Mo., 16.03.2020, 19:00 - 20:30 Uhr



Einführung ins Zeit- und Selbstmanagement (17005)
Denzlingen, Brückleackerschule, Grüner Weg 10, Raum 10,
Di., 17.03.2020, 18:00 - 22:00 Uhr.

Bewegung - Atem - Stimme - Ein Wochenendkurs (21224)
Denzlingen, Otto-Raup-Schule, Hauptstr. 124, Raum 29/
OG - Musikraum, Sa., 21.03.2020, 14:00 - 18:00 Uhr

Das hat mich geprägt! - Biografisches Schreiben und Erzählen (22050)
Denzlingen, Atelier Reichinger, Fischnau 5, Kursraum,
Sa., 21.03.2020, 14:30 - 18:30 Uhr

Der Duft von Schokolade sinnlich & verführerisch (37095)
Freiamt, Schulzentrum-Mußbach, Graben 21, Küche,
Fr., 20.03.2020, 18:30 - 22:00 Uhr
Sa., 21.03.2020, 14:30 - 18:00 Uhr

Merktechniken für Alltag und Beruf (30155)
Vörstetten, Roteux-Quartier, Am Roteux-Platz 2 A, Saal,
Sa., 28.03.2020, 10 - 16 Uhr

Anmeldung und Beratung bei der Geschäftsstelle der VHS Nördlicher Breisgau, 79312 Emmendingen, Am Gaswerk 3, telefonisch: (07641) 9225-0, per Fax: (07641) 9225-33, E-Mail: info@vhs-em.de, Internet www.vhs-em.de

KIRCHLICHE NACHRICHTEN

Evangelische Kirche Sexau

Sonntag, 1. März

10.00 Uhr Gottesdienst mit Dekan Rüdiger Schulze

Montag, 2. März

19.30 Uhr Probe zum Weltgebetstag in der Kirche

20.00 Uhr Probe des Posaunenchores

Dienstag, 3. März

19.00 Uhr Vortreffen zur Jubelkonfirmation

Mittwoch, 4. März

19.00 Uhr Brückentag (siehe unten)

Freitag, 6. März

10.30 Uhr Gottesdienst im ASB-Pflegeheim

19.00 Uhr Weltgebetstag (siehe unten)

Brückentag

Jeden Mittwoch findet um 19.00 Uhr in unserer Kirche ein „geistlicher Brückentag“ – eine halbstündige Andacht nach fester Liturgie statt. Wenn Sie diese halbe Stunde am Mittwoch nutzen möchten zum gemeinsamen Singen und um zur Ruhe und Besinnung zu finden, sind Sie herzliche eingeladen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Urlaub

Pfarrer Marco Rückert ist vom **21.02. – 01.03.2020** im Urlaub. In dringenden seelsorgerlichen Fällen wenden Sie sich bitte an Pfarrer Andreas Ströble in Köndringen, Tel. 07641/8535.

Weltgebetstag

Der diesjährige Weltgebetstag findet am **06.03.2020 um 19.00 Uhr** in unserer Kirche statt. Der Weltgebetstag ist eine weltweite Basisbewegung christlicher Frauen. Jedes Jahr, immer am ersten Freitag im März, feiern Menschen weltweit den Weltgebetstag. Der Gottesdienst wird jährlich von Frauen aus einem anderen Land vorbereitet. Diese Frauen sind Mitglieder in unterschiedlichen christlichen Kirchen. Das Schwerpunktland in diesem Jahr ist Simbabwe mit dem Thema: „Steh auf und geh!“

Taizé-Lieder-Singen

Am Sonntag, dem **08.03.2020** findet um **17.30 Uhr** das nächste Taizé-Lieder-Singen im Chorraum unserer Kirche

statt. Vielleicht haben Sie Lust, vor dem Start in die neue Woche noch einmal zur Ruhe zu kommen und in gemütlicher Atmosphäre den Klängen der Taizélieder zu lauschen oder selbst mitzusingen. Herzliche Einladung. Wir freuen uns auf Sie!

Bezirksfrauentag zum Thema „Astrid Lindgren (1907 – 2002)“

Der diesjährige Bezirksfrauentag findet am **11.03.2020** von **14.00 – 17.15 Uhr** im **Bürgerhaus Tutschfelden**, Weinstr. 1, 79336 Herbolzheim statt.

Astrid Lindgren hat Millionen von Kindern auf der ganzen Welt mit ihren Büchern begeistert. Ihre Bücherhelden haben viele Kindheiten begleitet. Die Ereignisse ihres eigenen sehr bewegten Lebens hielt sie vor der Öffentlichkeit unter Verschluss, erst nach ihrem Tod offenbarte sich ihrer Leserschaft ihre Biographie. Sie hat viele Höhen und Tiefen erlebt. Ihr Leben lang engagierte sie sich politisch. Frau Dorothea Grube aus Freiburg stellt in ihrem Vortrag Teile der Biographie Astrid Lindgrens und ihres Werks und deren Bezüge zueinander dar. Zeit für Kaffee und Kuchen, für Begegnung und Wiedersehen und das Angebot eines Büchertisches runden das Programm ab.

Eingeladen sind ALLE interessierten Frauen.

Anmeldungen bitte bis **04.03.2020** beim Pfarramt unter Tel. 8351.

Konfirmations-Jubiläum

Wenn Sie vor 50, 60 oder 70 Jahren in einer anderen Gemeinde konfirmiert wurden, sich aber inzwischen in Sexau heimisch fühlen, dass Sie den Wunsch haben, hier am **29.03.2020** mit den Sexauer Jubilaren die Goldene, Diamantene oder Eiserne Konfirmation zu feiern, dürfen Sie sich gerne im Pfarramt (Tel. 8351) anmelden.

Öffnungszeiten im Pfarramt

Pfarramtssekretärin Bianka Willaredt erreichen Sie unter Tel. 8351 am

Dienstag von 09.00 – 13.00 Uhr

Mittwoch von 09.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag von 15.00 – 18.00 Uhr

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

CVJM



CVJM Jugendkreise und -gruppen

Dienstag:

19.30 Uhr Jugendkreis im Häusle im zweiwöchentlichen Rhythmus (ungerade Kalenderwoche)
Kontakt: cvjm.sexau@gmail.com

Mittwoch:

17 - 18.30 Uhr Grashüpferjungschar, Mädchen 4. - 7. Klasse Im Häusle (neben dem Pfarrhaus)
Kontakt: Grashuepferjungschar@gmx.de

Donnerstag:

16 - 17.30 Uhr Spatzenjungschar, Jungs u. Mädchen 1. - 3. Klasse Im Häusle (neben dem Pfarrhaus)
Kontakt: Spatzenjungschar@gmx.de

In den Ferien finden keine Gruppen und Kreise statt!

Evangelische Kirche Freiamt

Sonntag, 1. März 2020 - Invokavit

09:30 Uhr Ottoschwanden
zentraler Gottesdienst



Katholische Kirche (Seelsorgeeinheit)

Freitag, 28. Februar

9.30 Uhr Hl. Messe (St. Bonifatius)

Samstag, 29. Februar

18.30 Uhr Hl. Messe (ZfP)

Sonntag, 1. März

9 Uhr Hl. Messe (St. Johannes)

10.30 Uhr Hl. Messe (St. Marien)

18.30 Uhr Abendlob (St. Bonifatius)

Montag, 2. März

19 Uhr Hl. Messe (Freiamt Ottoschwanden, ev. Kirche)

Dienstag, 3. März

18.30 Uhr Hl. Messe (St. Johannes)

Mittwoch, 4. März

18.30 Uhr Hl. Messe (St. Bonifatius)

Freitag, 6. März

9.30 Uhr Hl. Messe (St. Bonifatius)

19 Uhr Weltgebetstag der Frauen (St. Johannes)
Weltweit wird der Weltgebetstag am 6. März gefeiert. Steh auf und geh! – so lautet der Titel des Weltgebetstags 2020. Der Gottesdienst wurde von Frauen aus Simbabwe vorbereitet.

Im Anschluss an den Gottesdienst lädt das ökumenische Vorbereitungsteam zu Begegnung und Gespräch im Gemeindesaal ein. Die Frauen haben dafür Spezialitäten aus Simbabwe vorbereitet.

Weitere Gottesdienste, sowie Veranstaltungen entnehmen Sie bitte unserer Homepage: www.kath-emmendingen.de

Öffnungszeiten Pfarrbüro St. Johannes

Pfarrsekretärin: Frau Barbara Wagner
Montag, 8.30 Uhr bis 12.30 Uhr
Donnerstag und Freitag, 8.30 Uhr bis 12.30 Uhr
Tel.: 07641-46889-40

VEREINSNACHRICHTEN

Akkordeon-Club



Liebe Mitglieder und Freunde des Akkordeon-Clubs Sexau e.V.!

am Freitag, den 06.03.2020 um 20:00 Uhr im Gasthaus „Bergmattenhof“ in Sexau findet unsere diesjährige Generalversammlung statt, zu der wir Sie recht herzlich einladen.

Tagesordnung

- 1) Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden und Bekanntgabe der Tagesordnung
- 2) Bericht der Schriftführerin
- 3) Bericht des 1. Vorsitzenden
- 4) Bericht des Kassenwartes
- 5) Bericht der Kassenprüfer
- 6) Bericht des Jugendleiters
- 7) Bericht des Dirigenten
- 8) Entlastung des Kassenwartes und des Vorstandes
- 9) Beschlussfassung über folgende (siehe unten) Satzungsänderungen zur Wahrung der gemeinnützigkeitsrechtlichen Bestimmungen: § 2 Ziel und Zweck, § 17 Auflösung sowie Ergänzung um § 19 Aufwandsersatz und Vergütungen
- 10) Bestellung eines Wahlvorstandes und der Beisitzer
- 11) Wahl des Vorstandes und der Kassenprüfer
Die aktuellen Amtsinhaber stellen sich nicht mehr zur Wahl. Es stehen aktuell (noch) keine Kandidaten zur Verfügung.

12) Diskussion mit den anwesenden Mitgliedern über den Fortbestand des Vereins und ggf. über die Auflösung. Ggf. Beschlussfassung über die Festlegung eines Termins für die außerordentliche Mitgliederversammlung zum Zweck der Vereinsauflösung gem. § 17 Abs. 1 der Satzung.

13) Ehrungen

14) Wünsche / Anträge / Verschiedenes

Anträge müssen mindestens eine Woche vor der Generalversammlung schriftlich beim Vorstand eingereicht werden.

Auf zahlreiches Erscheinen freut sich

die *Vorstandschaft des Akkordeon-Clubs Sexau e.V.*

Angelsportverein



Einladung zur Generalversammlung 2020

Die diesjährige Generalversammlung findet am Freitag, 28.02.2020, 19:00 Uhr im Gasthaus „Bergmattenhof“ in Sexau statt.

Tagesordnung:

1. Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden
 2. Totenehrung
 3. Jahresberichte
 - a) des Schriftführers
 - b) des Gewässerwartes
 - c) des Jugendwartes
 4. Kassenbericht und Bericht der Kassenprüfer
 5. Entlastung des Gesamtvorstandes
 6. Wünsche und Anträge (Anträge sind 1 Woche zuvor schriftlich an den 1. Vorsitzenden zu richten)
- Zu dieser Versammlung sind alle Mitglieder des Vereines sowie Freunde und Gönner recht herzlich eingeladen.

DRK Ortsverein

Kindersachenflohmarkt des DRK OV Sexau

Am 7. März 2020, 10 Uhr – 14 Uhr Hochburghalle Sexau. Eine Kaffee- und Kuchenecke sowie die Küche stehen für das Leibliche Wohl zur Verfügung. Als zusätzliches Highlight für die Kinder kommt die DRK Rettungshundstaffel auf Besuch.
Ihr DRK OV Sexau

Kleintierzuchtverein

Generalversammlung am Samstag, den 29.02.2020

Hiermit laden wir alle aktiven und passiven Mitglieder, Ehrenmitglieder, Jungzüchter, Freunde, Gönner und unsere Frauen zur diesjährigen Generalversammlung ein. Die Generalversammlung beginnt um 20.00 Uhr im Vereinsheim des Kleintierzuchtvereins C178 Sexau. Die Tagesordnung wird zu Beginn bekannt gegeben, sie sieht die üblichen Jahresberichte und Ehrungen vor. Über eine rege Teilnahme würden wir uns sehr freuen.
Die Vorstandschaft

Lafrianer von 18:48 e.V.



Die Kampagne 2020 der Lafrianer ist zu Ende

Wir hatten eine sehr schöne Kampagne, in der wir viele neue Freunde gewonnen haben. Unsere Tanzgruppen



Lafri-Teens und *Lafri-Ladies* fungierten als Botschafter der *Lafrianer* und wurden begeistert gefeiert, was nicht zuletzt unserem exzellenten Trainerstab zu verdanken ist.



Unsere Trainerinnen in 2020: Helena Gärtner, Jasmin Härer, Tanja Härer, Sarah Stahl, Martina Hoch, Annette Springweiler (von links)

Unser Kampagnenmotto 2020 „*Do bin ich Narr, do derf ich's si!*“ drückte aus, dass unser Hauptaugenmerk auf der Fasnet in unserem schönen Sexau liegt. Selbstverständlich haben wir mit unserem Umzugswagen, der mit einer tollen Musikanlage ausgestattet ist, den Besuch von Kindergärten, Schule und Rathaus und natürlich den Hemdglunkerumzug begleitet. Unbestrittener Höhepunkt der Kampagne waren allerdings der **54. LAFRISCHOPPEN** mit einem tollen Programm und zum Abschluss der Sexauer Fasnet die **4. LAFRINIGHT**.

Nicht dabei gewesen? Schade! Schauen Sie doch mal auf unserer Homepage www.lafrianer.de vorbei.

Und zum Schluss möchten wir uns herzlich bei allen bedanken,

die zum Gelingen der Lafrianerfasnet 2020 beigetragen haben, für die wir erneut sehr viel Lob und Anerkennung erfahren durften. Die Lafrianer von 18:48 bedanken sich insbesondere bei der evangelischen Kirchengemeinde, in deren Gemeindesaal wir unsere Veranstaltungen abhalten durften und natürlich bei der Sexauer Geschäftswelt, die uns wieder großartig durch Werbeanzeigen und Sponsoring unterstützt hat. Ein herzliches Dankeschön geht auch an Iris Spöri für die Durchführung des Kartenvorverkaufs. Unser größter Dank geht allerdings an die närrischen Gäste unserer Veranstaltungen, die es auch in diesem Jahr wieder sehr lange ausgehalten haben. So konnten wir gemeinsam eine wundervolle Fasnet feiern und uns bereits jetzt auf den **5 x 11. LAFRISCHOPPEN** im nächsten Jahr freuen. „*S' goht wieder degege!*“

Wir grüßen herzlichst mit einem dreifachen **LAFRIE-LAFROH** Der Präsident Gunter Härer und die Vorstandschaft der Lafrianer von 18:48 e.V., Sexau

Landfrauenverein

Land Frauen

Die Hormone der Frau – Regisseure ihres Lebens

Ein Vortrag nicht nur für Frauen in den Wechseljahren von Claudia Raatz am **28.02.20 um 19.00 Uhr im Geschwister-Roser-Saal**.

Eine leicht verständliche Einführung in die verblüffende Wirkung der winzigen Botenstoffe und das komplexe Wechselspiel der Hormone. Was tun, wenn die Tage vor den Tagen zur Qual werden, Haut und Haare unter Hormonmangel leiden, das Liebesleben keinen Spaß mehr macht? Was tun, wenn Hitzewallungen, Schlafstörungen, Depressionen, Gewichtszunahme, Energiemangel, Osteoporose, Inkontinenz als „Nebenwirkungen“ der Wechseljahre auftreten? Die Verschiebung des Hormongleichgewichts der Frau kann risikolos mit bioidentischen Hormonen und anderen naturheilkundlichen Maßnahmen in jedem Lebensabschnitt unterstützt werden. Möglichkeiten der Diagnostik und Therapie werden vorgestellt.

Stricknachmittag

Herzliche Einladung zum nächsten gemeinsamen Stricknachmittag der LandFrauen am **04.03.20 um 15.00 Uhr**. Erfahrene Strickerinnen geben gerne Tipps und helfen weiter. Wer noch nie gestrickt oder gehäkelt hat, ist auch herzlich willkommen. Treffpunkt ist der kleine Geschwister-Roser-Saal (Raum Hochburg).

Osterbasteln

Herzliche Einladung auch zum Basteln mit Naturmaterialien am **07.03.20 von 9.30 –12.30 Uhr**. Unter Anleitung von Frau Rosemarie Körkel werden wir kreativ.

Jede Frau kann mitbringen was sie möchte und in der Natur findet (Birke, Weide, Rebe, Wurzeln, Äste, Moos und Ginster usw.)

Treffpunkt: **Evang. Gemeindesaal**. Interessierte melden sich bei Bianka Willaredt, Tel. 937518.

Frühlingsmarkt

Am **28.03.20** findet wieder unser jährlicher Frühlingsmarkt statt und es werden noch Helferinnen benötigt.

Dafür sind 2 Schichten vorgesehen und man kann sich gerne von

10.30 Uhr bis 14.30 Uhr oder von

14.30 Uhr bis 18.30 Uhr einteilen lassen.

Bitte bei Susanne Bühner, Tel. 07641/53621 melden. Sie erstellt für uns den Schichtplan.

VERANSTALTUNGEN IN SEXAU

Einladung zum „Fritzentag“

Auch dieses Jahr wollen wir uns wieder zu einer geselligen Runde am **Donnerstag, den 05.03.2020 ab 18.00 Uhr** im Wein- und Vesperstüble Eble treffen. Alle „Fritzen“ sind dazu herzlich eingeladen Auf euer Kommen freut sich ... (ein) Fritz.

Spieletreff für Erwachsene



Wir spielen „Mensch ärgere Dich nicht“, Karten- oder Würfelspiele und vieles mehr am

Dienstag, dem 03. März 2020, von 14.30 - 17.00 Uhr in der Bürgerbegegnung Sexau (Raum Hochburg). Neue Mitspieler/innen sind gerne willkommen. Rückfragen bei Monika Enke, Tel.: 07641/6746.

VERANSTALTUNGEN IN FREIAMT

Kunstaussstellung im Kurhaus Freiamt

Der Künstler **Eberhard Marko** aus Ettenheim stellt unter dem Titel „**Ansichten, Wege und Impressionen**“ seine Werke im **Kurhaus Freiamt** aus.

Die Vernissage ist am **Sonntag, den 1. März 2020 um 17:00 Uhr** im Kurhaus Freiamt. Die einführenden Worte spricht **Bürgermeisterin Hannelore Reinbold-Mench**.

Die Ausstellung ist **bis Freitag, 27. März 2020**, täglich von 9:00 bis 18:00 Uhr bei freiem Eintritt geöffnet. Die Öffnungszeiten können aufgrund von Veranstaltungen im Ausstellungsraum kurzfristig abweichen.