

's Blättle



DIE GEMEINDE

KRAUCHENWIES



**EINE TÜTE –
UND ALLE SIND ZUFRIEDEN
IHR HUND IHRE AUFGABE**



Eigenverantwortung ist der Schlüssel zu einer sauberen und lebenswerten Gemeinde.

Wichtige Rufnummern



➤ Gemeindeverwaltung Krauchenwies

Rathaus Krauchenwies

Bürgermeister Kern
Hausener Straße 1, 72505 Krauchenwies
info@krauchenwies.de, www.krauchenwies.de

Tel. 972-0

Sprechzeiten: Mo - Do 08.00 – 12.00 Uhr
Do 14.00 – 18.00 Uhr
Fr 08.00 – 12.30 Uhr



➤ Ortsverwaltung Ablach

Ortsvorsteher Sander Tel. (privat) 901144, Amt 1829
gemeindeverwaltung-ablach@krauchenwies.de

Sprechzeiten: Mo. 18:30 - 20:00 Uhr
sowie nach Vereinbarung



➤ Ortsverwaltung Bittelschieß

Ortsvorsteher Stump Tel. (privat) 1841, (Amt) 962647
gemeindeverwaltung-bittelschiess@krauchenwies.de

Sprechzeiten: Mi. 19.00 - 20.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung



➤ Ortsverwaltung Göggingen

Ortsvorsteher Fischer Tel. (privat) 7324, (Amt) 304,
gemeindeverwaltung-goeggingen@krauchenwies.de,

Sprechzeiten: Mo. 18.30 - 19:30
Fr. 09.00 - 10.30 Uhr
sowie nach Vereinbarung



➤ Ortsverwaltung Hausen a. A.

Ortsvorsteher Seeger Tel. (privat) 7440, (Amt) 1817
gemeindeverwaltung-hausen@krauchenwies.de,

Sprechzeiten: Mi. 10:00 - 11:00 Uhr
20:00 - 21:30 Uhr
sowie nach Vereinbarung

➤ Telefonische Kontakte

Bürgerbüro	972-18 / -10
Standesamt	972-10 / -18
Ordnungsamt	972-13
Gemeindekasse	972-32 / -29
Gemeindewerke	972-36
Bauhof	96 22 06
Krauchenwieser Küste	7008
Forstrevier Inzigkofen-Krauchenwies	
susanne.schneider@irasig.de	Mobil 0172 / 76 37 415

➤ Bereitschaftsdienste

Notfalldienste

Notruf Polizei	110
Notruf Feuerwehr/Rettungsdienst	112
Notruf Ärztlicher Notdienst	116 117
Zahnärztlicher Notdienst:	018 01 / 116 116
Krankentransport:	192 22
Apotheken:	0 18 05 / 00 29 63
Tierarzt:	0 75 71 / 749 22 60

Störungsdienste

Störungsstelle Gas:	08 00 / 08 24 505
Störungsstelle Strom Netze BW:	08 00 / 36 29-477
Störungsstelle Wasser:	9 72 50

Soziale Dienste

Caritasverband Sigmaringen	
Beratungsstelle häusliche Gewalt (BhG)	07571/7301-0
Fachbereich Jugend LRA SIG	0 75 71 / 102 42 84
Beratungsstelle psychische Erkrankungen	0 75 71 / 73 01 55
Psychosoziale Beratungsstelle	0 75 71 / 7 29 65-50 oder -52,
HIV-Sprechstunde	0 75 71 / 102 64 01
WEISSER RING Opferschutz	01 51 / 55 16 48 29
Beratung für Menschen mit Behinderung	0 75 71 / 752 39 10
Pflegestützpunkt LRA SIG	0 75 72 / 71 37-431
Wohngemeinschaft demenzkranke Menschen	0 75 71 / 731 97 60
Ambulanter Dienst Waldhäusle	0 75 52 / 933 77 90
Pflegedienst Sekunda	0 75 76 / 76 43
Seniorenzentrum Krauchenwies	0 75 76 / 9 61 80-0
Familienwerk Sölden e.V.	0 75 75 / 20 95 31
Hilfe von Haus zu Haus	0 75 76 / 96 11 74, 01 76 / 81 65 38 31
Sozialstation Thomas Geiselhart e.V. Sigmaringen	0 75 71 / 72 99 70
SENOVA Sigmaringendorf	0 75 71 / 5 25 50
Ambulante Hospizgruppe Sigmaringen e.V.	07571 / 62185

➤ Impressum

Herausgeber: Gemeinde Krauchenwies

Verantwortlich für den redaktionellen und amtlichen Teil:
Bürgermeister Manuel Kern oder die/der von ihm Beauftragte.

Verantwortlich für die Fraktionsmitteilungen:
Die jeweilige Fraktion bzw. der/ die Vorsitzende der jeweiligen Fraktion.

Verantwortlich für die Kirchen- & Vereinsmitteilungen:
Die jeweilige Kirche bzw. der/ die Vorsitzende des jeweiligen Vereins.

Für den Anzeigenteil/ Druck:
Primo-Verlag Anton Stähle GmbH & Co. KG, Tel. 07771 9317-11,
anzeigen@primo-stockach.de, www.primo-stockach.de

VERANSTALTUNGS- KALENDER

DER GEMEINDE
KRAUCHENWIES



SO. 22.03.2026

14.00 Uhr

Vorspielnachmittag

Musikschule Krauchenwies e.V.
Festhalle Ablach

17.00 Uhr

Frauengeschichten am Hof

Bildungswerk / Bildungszentrum Gorheim
Rathaus Krauchenwies
Eingang Klappergasse

DI. 24.03.2026

15.00 Uhr

Kaffeenachmittag

Seniorencommunity Krauchenwies
Pfarrheim Krauchenwies



Amtliche Bekanntmachungen

Sitzung des Haushaltskonsolidierungsausschusses

EINLADUNG

zur der am **Dienstag, den 24.03.2026 um 19:00 Uhr** stattfindenden öffentlichen Sitzung des Haushaltskonsolidierungsausschusses im Rathaus Krauchenwies Sitzungssaal im Dachgeschoss, Hausener Straße 1, 72505 Krauchenwies.

Sehr geehrte Damen und Herren,
zu der Sitzung des Haushaltskonsolidierungsausschusses lade ich Sie recht herzlich ein.

TOP Öffentliche Sitzung

1. Steuern- und Gebührensatzungen
– Aktualität und Anpassungsbedarfe
2. Anpassung der Satzung über den Einsatz des Geschirrmobils

gez. Manuel Kern
Bürgermeister

Sitzung Gemeinderat

EINLADUNG

zur der am **Dienstag, den 24.03.2026 um 19:30 Uhr** stattfindenden öffentlichen Sitzung des Gemeinderates im Rathaus Krauchenwies Sitzungssaal im Dachgeschoss, Hausener Straße 1, 72505 Krauchenwies.

Sehr geehrte Damen und Herren,
zu der Sitzung des Gemeinderates lade ich Sie recht herzlich ein.

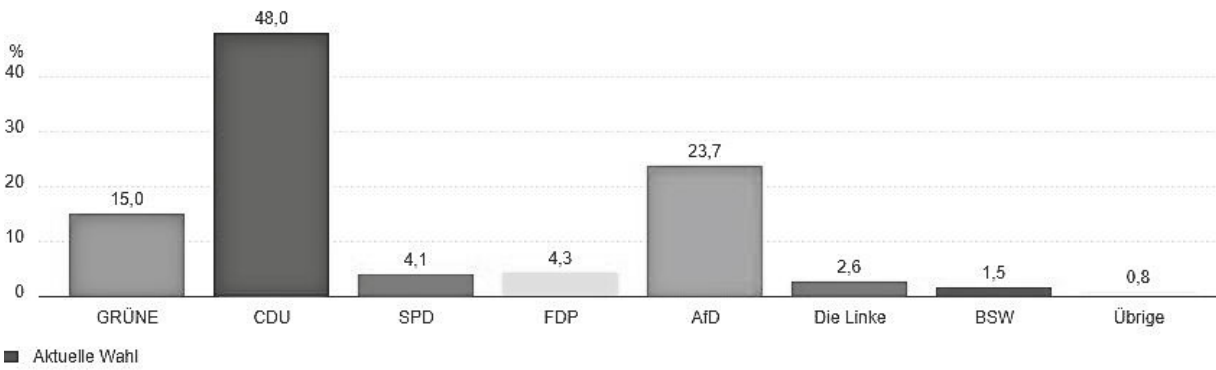
TOP Öffentliche Sitzung

1. Bekanntgaben aus Beschlüssen
2. Einwohnerfragestunde nach § 33 Abs. 4 GemO BW
3. Baugesuche
 - 3.1 Rückbau einer bestehenden Lagerhalle; Neubau einer Lagerhalle
Flurstück 400/2, Krauchenwies
 - 3.2 Neubau eines Mehrfamilienhauses mit 9 Wohneinheiten, Carports und Lager
Flurstück 971/16 und 88/3, Krauchenwies
 - 3.3 Ausbau und Nutzungsänderung eines Schuppens zu einer Wohneinheit und Abbruch einer hervorspringenden Gebäudeecke
Flurstück 87/1, Hausen
 - 3.4 Anbau einer Garage
Flurstück 85/3, Hausen a. A.
4. Endausbau Baugebiet „Hürsten“ in Bittelschieß; Nachtragsbeauftragung
5. Busbahnhof Krauchenwies - Sachstand zum Kostencontrolling
6. Kleinkindbetreuung – Ergebnisse der Bedarfserhebung
7. Schulkindbetreuung – Ergebnisse der Bedarfserhebung
8. Anträge, Wünsche, Verschiedenes

gez. Manuel Kern
Bürgermeister

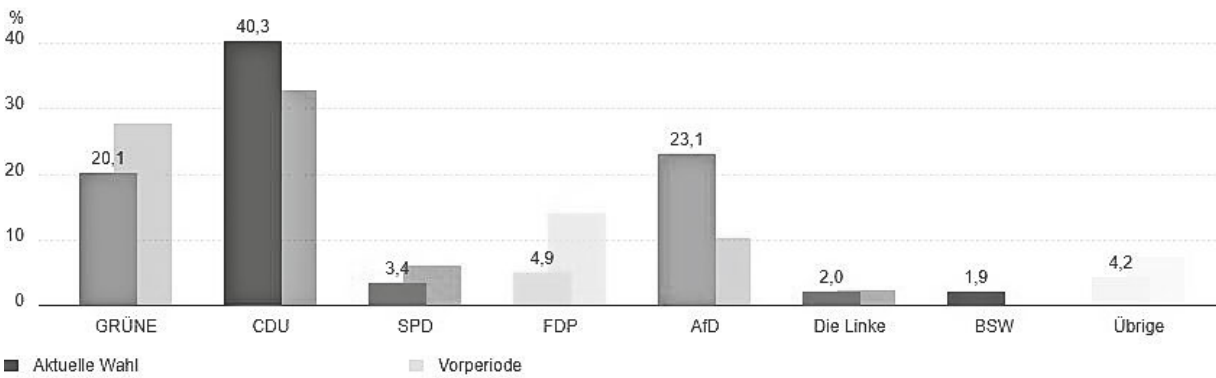
Erststimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, Krauchenwies
Vorläufiges Endergebnis



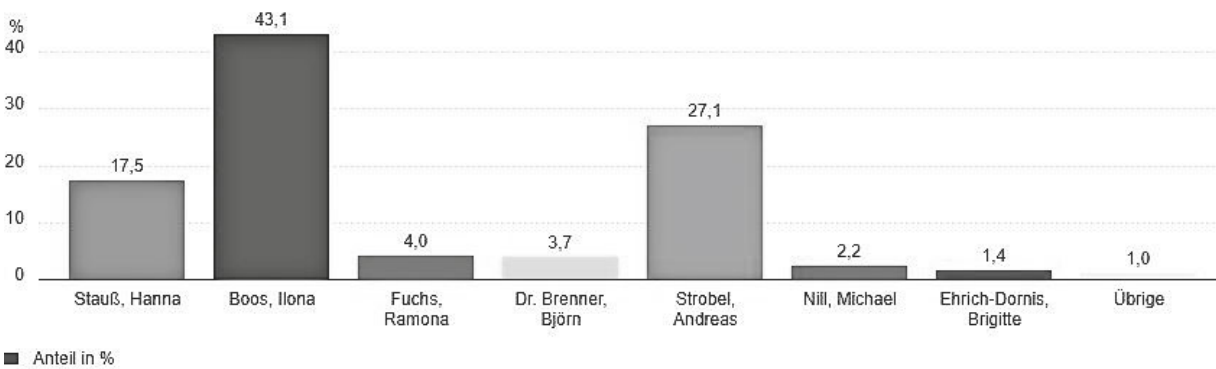
Zweitstimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, Krauchenwies
Vorläufiges Endergebnis



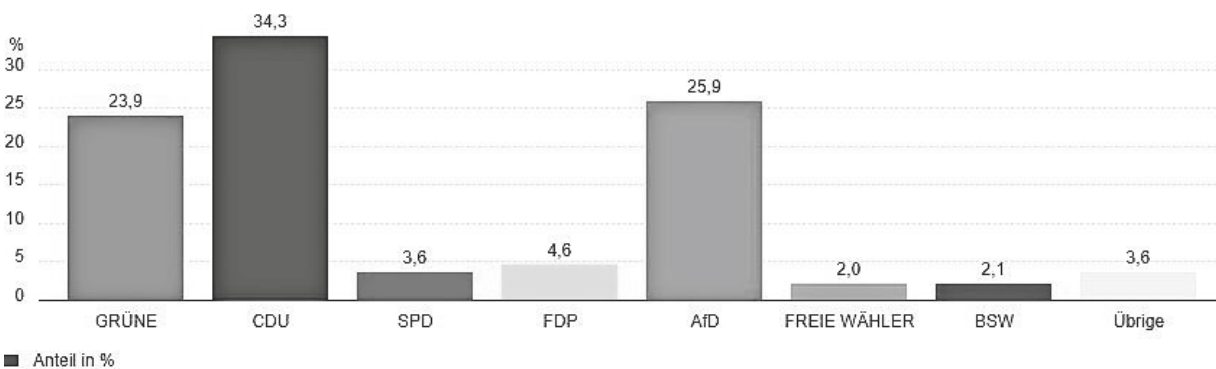
Erststimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 001 - Krauchenwies
Vorläufiges Endergebnis



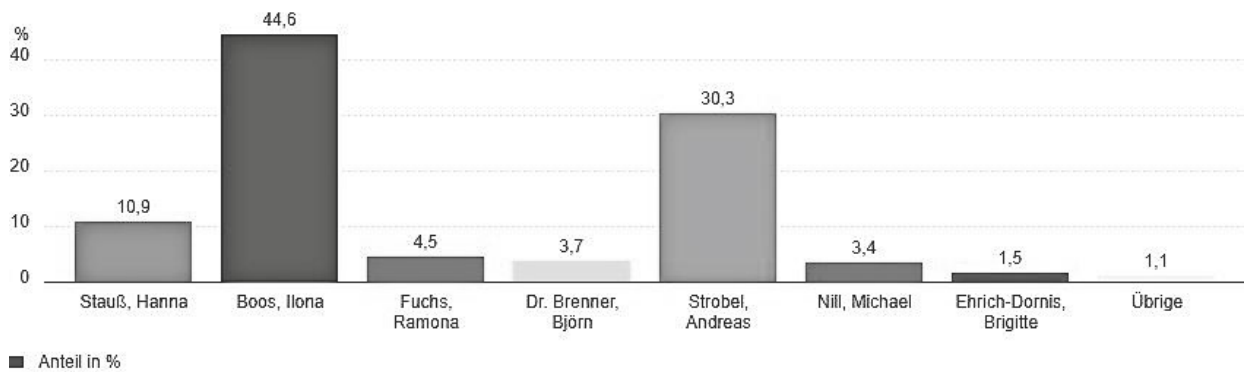
Zweitstimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 001 - Krauchenwies
Vorläufiges Endergebnis



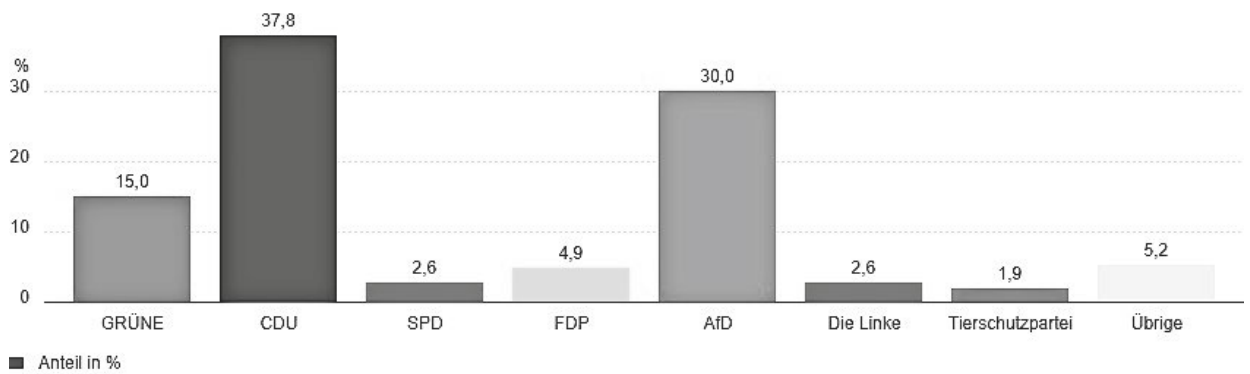
Erststimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 002 - Ablach
Vorläufiges Endergebnis



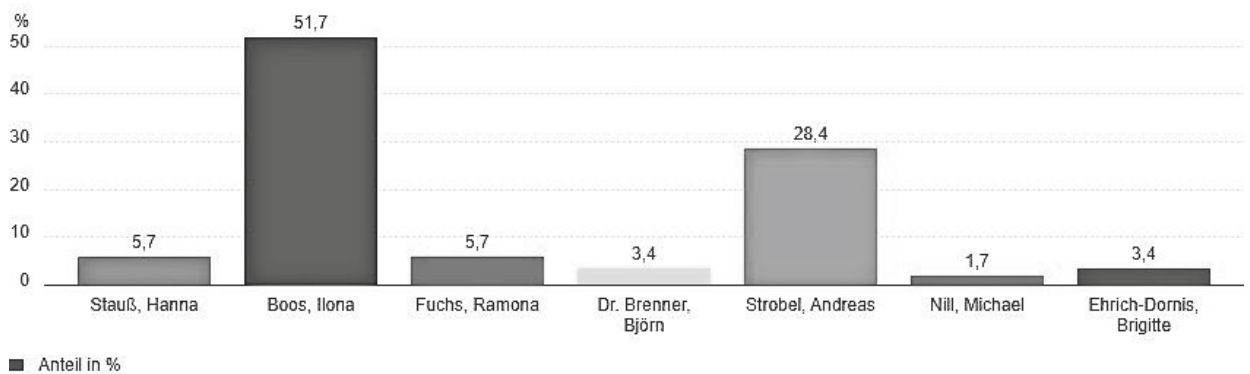
Zweitstimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 002 - Ablach
Vorläufiges Endergebnis



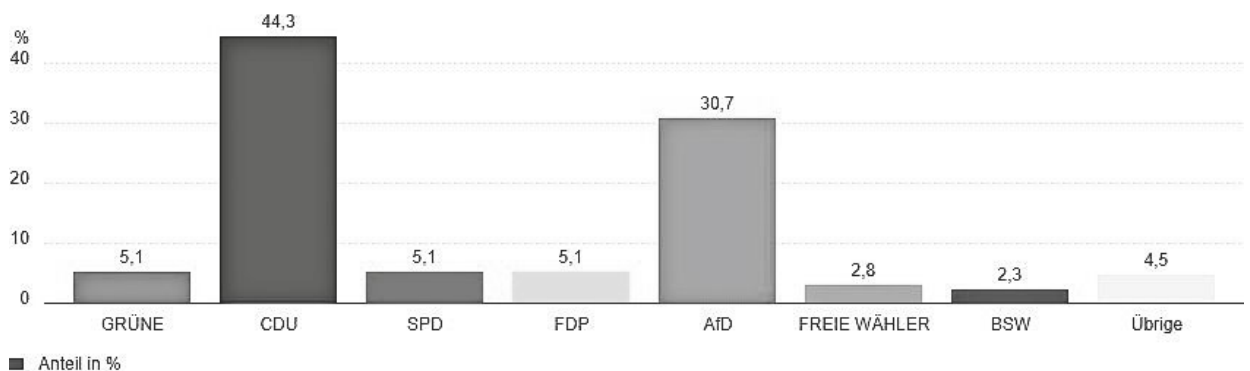
Erststimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 003 - Bittelschieß
Vorläufiges Endergebnis



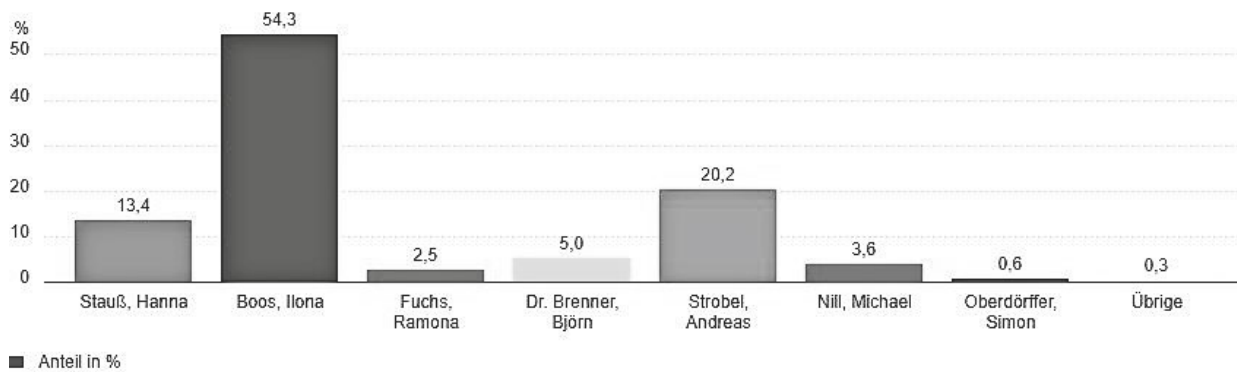
Zweitstimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 003 - Bittelschieß
Vorläufiges Endergebnis



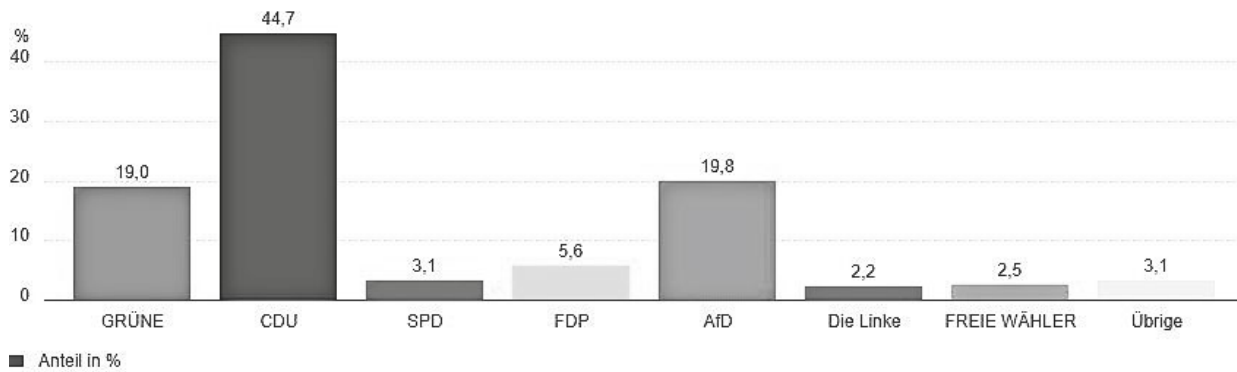
Erststimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 005 - Göggingen
Vorläufiges Endergebnis



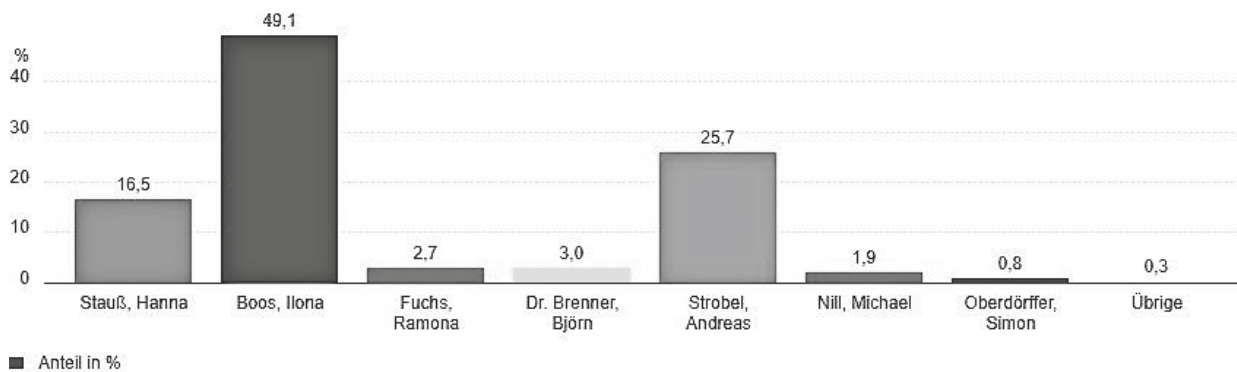
Zweitstimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 005 - Göggingen
Vorläufiges Endergebnis



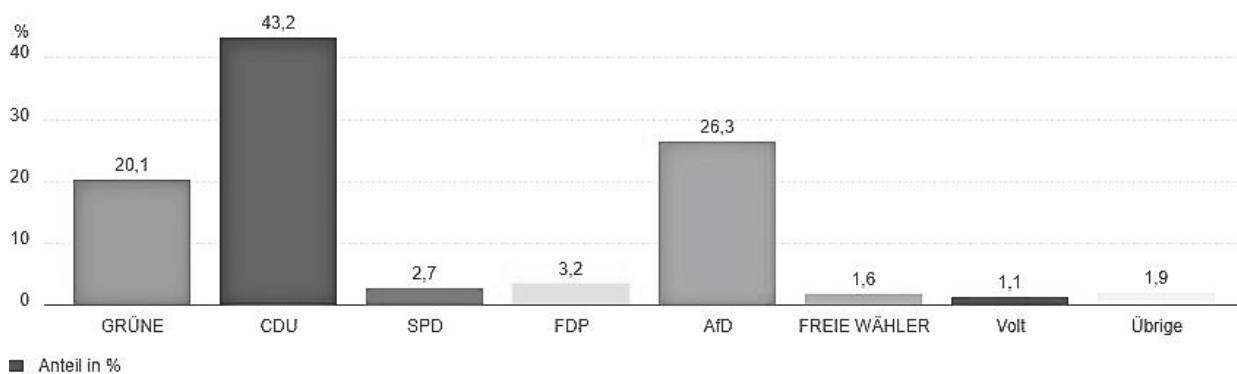
Erststimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 006 - Hausen
Vorläufiges Endergebnis



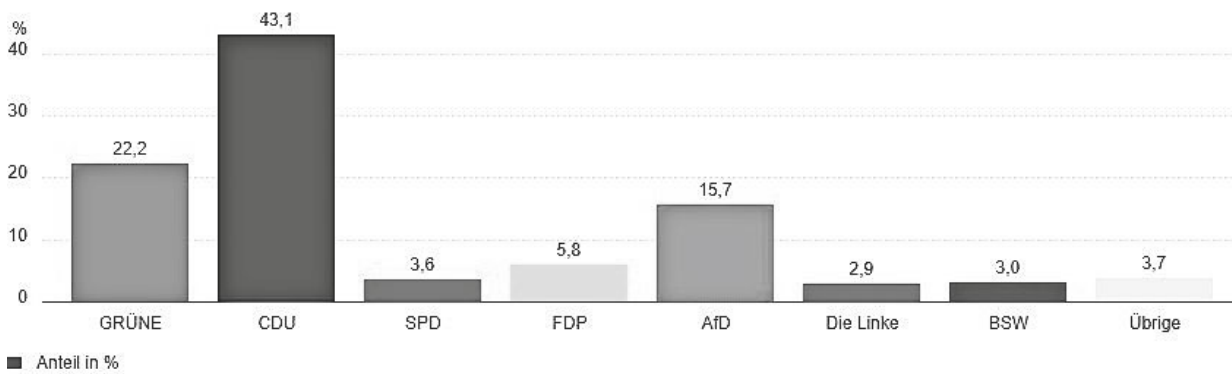
Zweitstimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 006 - Hausen
Vorläufiges Endergebnis



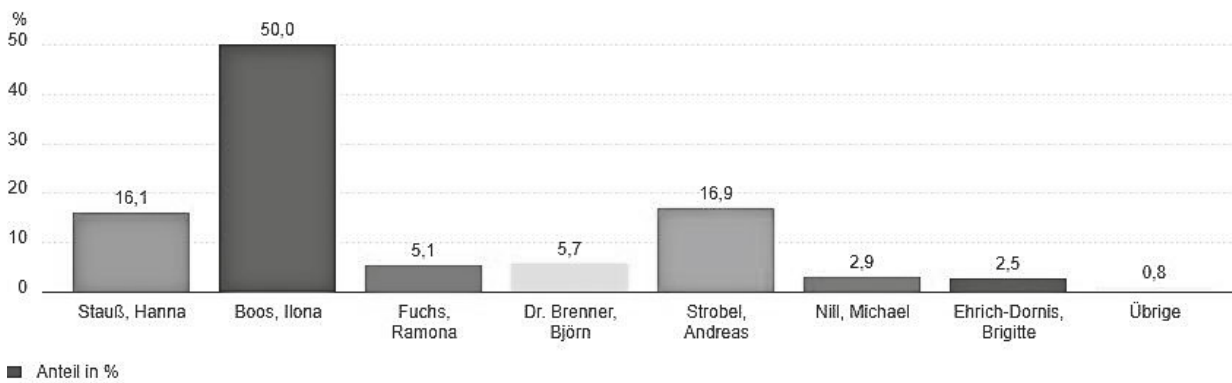
Zweitstimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 901 - Briefwahl
Vorläufiges Endergebnis



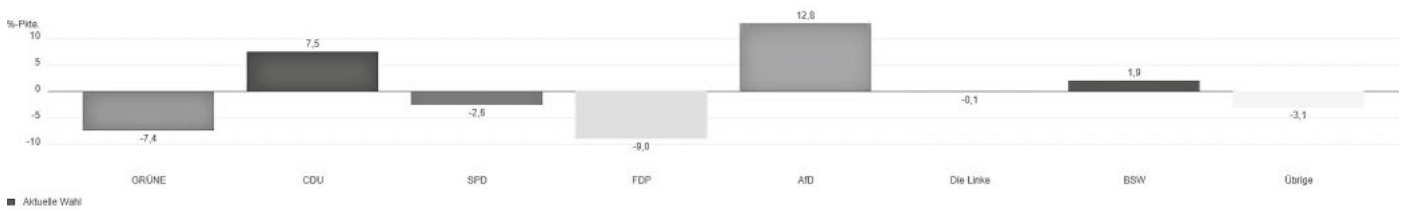
Erststimmen

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, 901 - Briefwahl
Vorläufiges Endergebnis



Gewinne und Verluste Zweitstimme

Landtagswahl Baden-Württemberg 2026, Krauchenwies
Vorläufiges Endergebnis



Aktuelles aus dem Rathaus

Eigenverantwortung übernehmen: Hundekot ist kein Problem für alle – sondern für jeden Einzelnen

Saubere Gehwege, gepflegte Grünflächen und ein respektvolles Miteinander im öffentlichen Raum sind keine Selbstverständlichkeit, sondern das Ergebnis gemeinsamen Handelns. Ein zunehmend sichtbares Problem stellt dabei liegend gelassener Hundekot dar. Doch anstatt der Verantwortung auf „die Allgemeinheit“ abzuwälzen, ist ein klares Umdenken gefragt: Hundehaltung bedeutet Verantwortung – und diese beginnt beim Aufheben der Hinterlassenschaften.

Hundesteuer ist die Berechtigung zu Hundehaltung beinhaltet jedoch nicht die kostenfreie Entsorgung von Hundekot.

Hundekot ist nicht nur ein ästhetisches Ärgernis, sondern kann auch gesundheitliche Risiken bergen und das Zusammenleben in der Nachbarschaft belasten. Besonders betroffen sind Kinder, ältere Menschen sowie Personen mit eingeschränkter Mobilität. Verschmutzte Wege schränken die Lebensqualität ein und führen immer wieder zu Konflikten.

Dabei ist die Lösung einfach und zumutbar: Hundebesitzerinnen und Hundebesitzer sind verpflichtet, die Hinterlassenschaften ihrer Tiere umgehend zu beseitigen. Es fehlt nicht an Möglichkeiten – sondern oft am Verantwortungsbewusstsein.

Ein respektvoller Umgang mit dem öffentlichen Raum beginnt im Kleinen. Wer einen Hund hält, trifft konsequentes Handeln jedes Einzelnen kann das Problem nachhaltig gelöst werden.

Die Botschaft ist klar: Hundekot geht nicht „alle etwas an“, sondern ist Aufgabe derjenigen, die einen Hund führen. Eigenverantwortung ist der Schlüssel zu einer sauberen und lebenswerten Gemeinde.



Rathaus am 24. März 2026 ab 10:00 Uhr geschlossen

Die Gemeindeverwaltung informiert darüber, dass das Rathaus am **Dienstag, den 24. März 2026**, aufgrund einer Personalversammlung der gesamten Belegschaft **ab 10:00 Uhr geschlossen** bleibt.

In dieser Zeit können keine Anliegen im Rathaus bearbeitet werden. Die Bürgerinnen und Bürger werden gebeten, ihre Termine und Besuche entsprechend zu planen.

Ab dem folgenden Öffnungstag steht die Gemeindeverwaltung wieder wie gewohnt zur Verfügung.

Die Gemeindeverwaltung bittet um Verständnis und Beachtung.



Vorsicht im Umgang mit öffentlichem Feuer

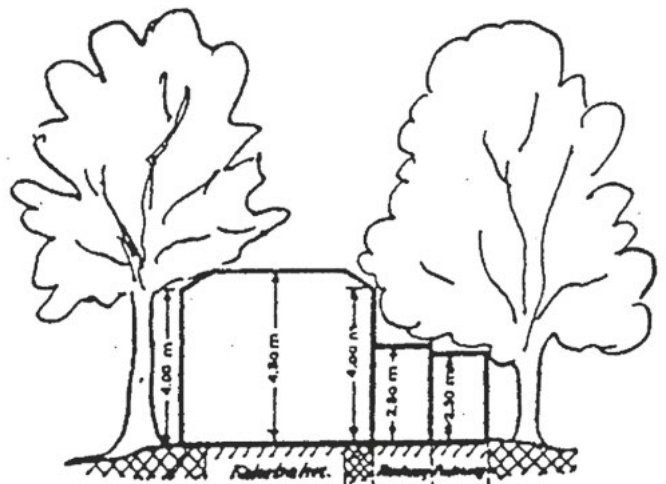
Gerade im Frühjahr ist durch das trockene Laub und durch noch weitgehend fehlendes frisches Grün die Waldbrandgefahr besonders groß.

Wir bitten die Waldbesucher im Umgang mit Feuer besonders vorsichtig zu sein. Wir weisen darauf hin, dass über die Hälfte der Waldbrände durch Fahrlässigkeit entstehen und damit weitgehend vermeidbar sind. Regeln und Vorschriften sollten deshalb im Umgang mit Feuer unbedingt eingehalten werden:

- Vom 01. März bis 31. Oktober gilt im Wald ein grundsätzliches Rauchverbot
- Feuer ist nur an den offiziellen, mit einem schwarzen
- Flammensymbol auf weißem Grund gekennzeichneten Feuerstelle erlaubt
- Nicht gestattet ist das Grillen im Wald auf mitgebrachten Garten-grillgeräten
- Offenes Feuer muss 100 Meter vom Waldrand entfernt sein. Auf eigenen
- Grundstücken verringert sich dieser Abstand auf 30 Meter
- Auch beim Unterhalten eines Feuers an den erlaubten Stellen sollte man es nicht aus den Augen lassen und vor dem Verlassen immer richtig löschen.

Zurückschneiden von Hecken, Bäumen und Sträuchern

Anpflanzungen aller Art (Hecken, Bäume, Sträucher usw.), die in öffentliche Verkehrsflächen (Gehwege, Fahrbahnen, Plätze) hineinragen, müssen laufend zurückgeschnitten, ausgeästet und erforderlichenfalls beseitigt werden, damit die Sicherheit des öffentlichen Verkehrs nicht behindert oder gefährdet wird. Dies gilt auch für die Freihaltung von Straßenbeleuchtungskörper. Es ist besonders darauf zu achten, dass die Sicht auf Verkehrszeichen auch aus großer Entfernung nicht verdeckt sein darf. Alle Eigentümer und Besitzer von Grundstücken werden erneut auf diese Bestimmungen hingewiesen und gebeten, die erforderlichen Arbeiten vorzunehmen.



Über öffentlichen Verkehrsflächen müssen stets folgende lichte Höhe freigehalten werden: 2,30 m über Gehwegen, 2,50 m über Radwegen, 4,50 m über Fahrbahnen.

Freiw. Feuerwehr Krauchenwies

Pkw gegen Lkw

Am Montag gegen 9 Uhr wollte ein Sattelzug vom Kieswerk Steidle herkommend links Richtung Krauchenwies abbiegen. Vermutlich übersah er einen Pkw, der von Krauchenwies herkam. Es kam zum Zusammenstoß, der so heftig war, dass der Auflieger gegen die Leitplanke gedrückt wurde. Trotzdem wurde die Pkw-Lenkerin Gottseidank nur leicht verletzt. Neben Rettungsdienst und Polizei war der Löschbezirk 1 im Einsatz. Betriebsstoffe und Brandschutz sicherstellen waren die Aufgaben.



Foto: Feuerwehr


Ortsverwaltung Ablach

Einladung zur großen Dorfputzaktion in Ablach

Der Ortschaftsrat Ablach lädt alle Bürgerinnen und Bürger – ob groß oder klein – herzlich zur **großen Dorfputzaktion in Ablach** ein.

-  **Termin: Samstag, 21.03.2026**
-  **Treffpunkt: Festhalle Ablach**
-  **Beginn: 9:00 Uhr**

Gemeinsam möchten wir unser Dorf und die Umgebung von Müll befreien und so zu einem sauberen Ortsbild beitragen.

 Bitte bringen Sie, wenn möglich, eine Warnweste sowie gegebenenfalls Müllgreifer und Handschuhe mit.

Im Anschluss ist für das leibliche Wohl bestens gesorgt.

Der Ortschaftsrat Ablach



Ortsverwaltung Göggingen

Ortschaftsrat Sitzung

Einladung zu der am **Montag, den 23.03.2026 um 19.30 Uhr** stattfindenden öffentlichen Sitzung des Ortschaftsrates im Sitzungssaal des Rathauses Roter Flügel 13, in Göggingen.

Öffentliche Sitzung

1. Antrag auf Ausscheiden aus dem Ortschaftsrat
2. Feststellung des Nachrückens von Ersatzpersonen
3. Ablehnung der Übernahme des Ehrenamts
4. Verpflichtung nachgerückter Ortschaftsräte
5. Bekanntgaben
6. Baugesuche
7. Information über laufende Angelegenheiten
8. Anfragen, Anregungen, Verschiedenes

Die Einwohnerschaft ist zu der Sitzung herzlich eingeladen.

gez. Manfred Fischer
Ortsvorsteher

Kinder, Jugend & Bildung

Kindergarten Ablach

Handpalmen

Der Elternbeirat und die Eltern vom Kindergarten Ablach basteln Handpalmen für den Palmsonntag.

Diese können von der Öffentlichkeit ab dem **26.03.26** in der Kirche und in der alten Molke in Ablach, in der Metzgerei Scheuermann und in der Mühle Knaus in Bittelschieß, zu den jeweiligen Öffnungszeiten für einen Beitrag von 3 Euro erworben werden.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Es grüßt Sie herzlich der Kindergarten Ablach

Inhouse - Fortbildung Teil 2: Wir bleiben in Bewegung!

Nachdem wir bereits im ersten Teil wertvolle Impulse gesammelt haben, stand für unser Team am Freitag Nachmittag, den 06. März nun die zweite Runde durch die Kinderturnstiftung an. Dieses Mal beschäftigten wir uns intensiv mit neuen kreativen Alltagsspielen, die die Bewegung fördern und zu der man nicht viel braucht. Dabei ging es um Ausprobieren und Selbermachen. Wir haben viele frische Ideen im Gepäck, die wir ab sofort direkt in unseren pädagogischen Alltag integrieren.

Ein herzliches Dankeschön an die Referentin Frau Grün der Kinderturnstiftung für die praxisnahen Tipps!

Kindergarten St. Josef




Osterverkauf des Elternbeirats auf dem Wochenmarkt am Mittwoch, den 25.03.2026

Der Elternbeirat des Kindergartens St. Josef hat gemeinsam mit vielen engagierten Eltern und deren Kindern Palmen und verschiedene Osterdekorationen gebastelt. Diese liebevoll gestalteten Osterartikel werden am Mittwoch, den 25.03.2026 vom Elternbeirat auf dem Wochenmarkt zum Verkauf angeboten.

Der Erlös aus dem Verkauf kommt dem Kindergarten zugute und unterstützt verschiedene Projekte und Anschaffungen für die Kinder.


Die Kinder des Kindergartens besuchen um ca. 9:30 / 10:00 Uhr gemeinsam mit ihren Erzieherinnen den Stand auf dem Wochenmarkt und stimmen die Besucher mit einem Osterlied musikalisch auf die bevorstehende Osterzeit ein.

Wir freuen uns über viele interessierte Besucher!



IST IHRE AUSSENBELEUCHTUNG FUNKTIONSFÄHIG?

**GUT BELEUCHTETE WEGE UND
EINGÄNGE ERHÖHEN DIE SICHERHEIT
UND BEUGEN UNFÄLLEN VOR.**



Vereinsnachrichten

DRK-Ortsgruppe Krauchenwies

Jahreshauptversammlung - Neuwahlen ergaben keine Änderung - Langjähriges Mitglied wird geehrt

Die Jahreshauptversammlung fand am vergangenen Freitag statt. Bereitschaftsleiterin Christine Steuer schilderte den Tätigkeitsbericht für 2025. Die Bereitschaft besteht derzeit aus insgesamt

10 Mitglieder, davon 6 Aktive und 4 Mitgliedern in der Altersgruppe. Im vergangenen Jahr leisteten die Aktiven insgesamt 380 Stunden freiwilligen Dienst. Bei den 4 Blutspendeterminen wurde die Bereitschaft von freiwilligen Helfern tatkräftig unterstützt. Im Jahr 2025 konnten insgesamt 525 volle Konserven an die Blutspendezentrale übergeben werden. Bereitschaftsleiterin Christine Steuer und Kassiererin Uschi Fischer wurden Entlastung erteilt. Die durchgeführten Neuwahlen ergaben keine Änderung. Christine Steuer und Uschi Fischer wurden einstimmig im Amt bestätigt. Mit den Grussworten der Gäste wurden der kleinen Bereitschaft Lob und Anerkennung für die geleistete Arbeit ausgesprochen.

Die anschließende Ehrung des verdienten Mitgliedes führte Jennifer Zimmermann, Beisitzerin im DRK-Präsidiums, durch. Sie übergab die Urkunde und Auszeichnungsspanne an Bruno Hagenbüchle für 60 Jahre Rotkreuzzugehörigkeit.



Von links nach rechts: Jennifer Zimmermann, Bruno Hagenbüchle, Christine Steuer • Foto: U. Fischer

Der heute 84-jährige unterstützte die Bereitschaft bis ins Jahr 2019 aktiv. Von der Bereitschaft erhielt der Geehrte ein Geschenk.

gez. Uschi Fischer

FC 1911 Krauchenwies/Hausen/Göggingen

RÜCKBLICK

Bezirksliga Oberschwaben, 22. Spieltag
Sonntag, 15.03.2026, 15:00 Uhr
FC 1911 - SG BLÖNRIED/EBERSBACH 1:0 (0:0)
Josef-Lutz-Stadion, Ablach
Zuschauer: 230
Gelb-Rote Karte für Moritz Weiß ('50/Foulspiel)
1:0 Raphael Müller ('74)
Rote Karte für Timmy Rauser ('84/Foulspiel)


Den Nachbericht zum Spiel gibt's zu lesen auf www.fc1911.de.

VORSCHAU

Bezirksliga Oberschwaben, 23. Spieltag
Samstag, 21.03.2026, 15:00 Uhr
SV OCHSENHAUSEN - FC 1911
Rasenplatz, Ochsenhausen


Kreisliga B1, 16. Spieltag
Sonntag, 22.03.2026, 15:00 Uhr
SV BINGEN/HITZKOFEN - FC 1911 II
RESERVEN UM 13:15 UHR
Rasenplatz, Bingen

Den Vorbericht zum Wochenende gibt's zu lesen auf www.fc1911.de.

Der Förderverein des  Krauchenwies präsentiert:

JOSEFSLUST

27. März 2026 acappella
Festhalle Ablach



Vorverkauf:

- Metzgerei Frick Krauchenwies
- Alte Molke Ablach
- Bäckerei Birkhofer Hausen a.A.
- Heimspiele FC 1911

JETZT NOCH KARTEN SICHERN! • Foto: Hans Liehner

Kath. Bildungswerk Krauchenwies, Ablach, Göggingen



Frauengeschichten am Hof

Geschichten vom fürstlichen Hof in „Klein-Paris“

Carmen Ziwes berichtet aus dem höfischen Leben in Krauchenwies des 19. Jahrhunderts.

Wie konnte unser Dorf so große Bedeutung erlangen, dass es als Klein-Paris galt? Welche vornehmen Gäste fanden sich hier am fürstlichen Hofe ein und welche Unannehmlichkeiten konnte eine höfische Einladung unter Umständen mit sich bringen? Wie lebte

die Frau am fürstlichen Hof? Welche Rolle spielte sie in Mode, Gesellschaft und Herzensangelegenheiten? Wie wurden geheime Botschaften übermittelt – und welche Erwartungen lasteten auf den Damen des Hochadels?

Mit historischem Wissen und amüsanten Geschichten wirft Carmen Ziwes spannende Schlaglichter auf den Hochadel im kleinen hohenzollerischen Residenzort.

Datum: Sonntag, den 22. März 2026 um 17 Uhr im Rathaus in Krauchenwies.

Landfrauen Göggingen



Handpalmen in Göggingen

Am **Samstag, den 28. März 2026, um 18:00 Uhr**, findet in Göggingen ein Gottesdienst mit Palmweihe statt. Zu diesem Gottesdienst möchten wir euch alle ganz herzlich einladen.

Im Rahmen dieser Feier werden auch wieder liebevoll gebundene Handpalmen angeboten, die gegen eine Spende erworben werden können. Die gesegneten Palmen sind eine schöne Tradition zum Palmsonntag und können mit nach Hause genommen werden. Mit eurer Spende unterstützt ihr unsere Aktion und helfst dabei, diese schöne Tradition in unserer Gemeinschaft weiterzuführen. Gleichzeitig ist es eine wunderbare Gelegenheit, gemeinsam den Gottesdienst zu feiern und sich auf die bevorstehende Karwoche einzustimmen.

Vielen Dank für eure Unterstützung und euer Interesse.
Die Landfrauen Göggingen

Lebenswertes Göggingen und Umgebung e.V.



5. Dorfputzete für Göggingen

Zusammen mit der Ortsverwaltung veranstaltet der Verein seine jährliche Dorfputzete. In dem Zuge möchten wir auch den Platz bei den Talbänkle säubern und evtl. neu mulchen.

Dazu können wir viele große und kleine Hände gebrauchen. Wer einen aktiven Beitrag zur Sauberhaltung unseres Dorfes beisteuern will, ist herzlich eingeladen, bei der Aktion mitzumachen. Bitte bringt -wenn möglich- Eimer und Handschuhe mit. Müllsäcke und ein anschließendes Vesper werden von der Ortsverwaltung bereitgestellt.

Termin / Ort: Samstag, 28.03.2026 von 9.30 Uhr bis ca. 11.30 Uhr
Treffpunkt und Info sind um **9.30 Uhr auf dem Parkplatz** hinter der Turnhalle in Göggingen.

Eine Anmeldung zwecks besserer Planung unter 07576/1697 (I. Kempf) oder 07576/7324 (M. Fischer) oder über WhatsApp wäre super. Wir freuen uns auf zahlreiche fleißige Hände!

Vorstandschafft und Ortsverwaltung
Irmgard Kempf, Manfred Fischer

Musikschule Gesamtgemeinde

Bericht der Generalversammlung der Musikschule Krauchenwies e.V.

Am 15.03.2026 fand in Ablach die Generalversammlung der Musikschule Krauchenwies statt. Die Vorsitzandin Corinna Griesser begrüßte alle und stellte die Beschlussfähigkeit der Versammlung fest. Sie berichtete von Ihrem ersten Jahr als Vorsitzandin und Dirigentin. Ak-

tuell besuchen circa 25 Kinder und Jugendliche die JuKa. Sie freut sich auf ihren ersten Auftritt mit der JuKa am Vorspielnachmittag. Strategisch freut sie sich sehr, dass die Musikschule Krauchenwies mit der Grundschule eine Kooperation anstrebt. Die Stärke der Musikschule Krauchenwies ist die Zusammenarbeit mit den Vereinen, den Musikschulen und der Gemeinde. Das Ziel ist den Kindern und Jugendlichen die Musik und vor allem das Musizieren nahe zu bringen. Im nächsten Tagesordnungspunkt berichtete Jasmin Kleck als Schriftführerin von einem gelungenen Vorspielnachmittag in Krauchenwies, JuKa-Auftritten, der Instrumentenvorstellung, Gründung einer Arbeitsgruppe Ganztagschule, der Stabübergabe von Esther Kramer an Corinna Griesser, sowie von diversen JuKa-Aktivitäten. Sara Glöckler berichtete über eine ordentlich geführte Kasse, was von den Kassenprüfern bestätigt wurde. Klaus Nipp wurde gebeten, die Entlastungen vorzunehmen. Er bedankte sich bei den Ehrenamtsträgern. Es gab keine weiteren Fragen oder Kritikpunkte an die Vorstandschaft, und somit wurde diese von den Anwesenden einstimmig entlastet. Daraufhin folgten die Wahlen des 1. Vorstandes und des Schriftführers. Corinna Griesser wurde einstimmig zum 1. Vorstand gewählt und Jasmin Kleck zur Schriftführerin. Corinna Griesser gab abschließend noch einen kleinen Ausblick für das kommende Vereinsjahr. Es soll weiter an der Kooperation mit der Grundschule gearbeitet werden und für die JuKa soll es wieder einen Ausflug geben. Sie bedankte sich bei allen Teilnehmern und schloss die Versammlung.

Vorspielnachmittag 22.03.2026

Zum diesjährigen Vorspielnachmittag am **Sonntag, den 22.03.2026 um 14:00 Uhr** in der Festhalle in Ablach dürfen wir alle Einwohner und vor allem die Familien der Kinder und Jugendlichen recht herzlich einladen. Die Jungmusikanten, die derzeit in den Musikvereinen über die Musikschule Krauchenwies e.V. auf einem Instrument ausgebildet werden, tragen verschiedene Musikstücke vor. Auch die Jugendkapelle unter der neuen Leitung von Corinna Griesser wird für Ihre Unterhaltung sorgen. Für Ihr leibliches Wohl, bei Kaffee und Kuchen, wird von der Musikkapelle Ablach bestens gesorgt. Die Kinder und Jugendlichen der Musikschule freuen sich, Sie als Gäste begrüßen zu können.

WIR LADEN HERZLICH EIN!

Vorspiel- nachmittag

Musikschule

der Gesamtgemeinde

Krauchenwies

22. März 2026
14:00 Uhr
Festhalle Ablach

Bewirtung durch die Musikkapelle Ablach e.V.
mit Kaffee & Kuchen

Foto: Anne Ruprecht

Musikverein/Trachtenkapelle Hausen



Hauptversammlung des MV-Trachtenkapelle Hausen a. A.:

Bei den Hauptversammlungen des Förder- und des Musikvereins erinnerten die Rückblicke an die Ereignisse des Jahres 2025. Bürgermeister Manuel Kern, Ortsvorsteher Helmut Seeger, die Ehrenmitglieder und Mitglieder nahmen diese wohlwollend zur Kenntnis. Im zurückliegenden Jahr konnte der MV wieder bei einigen Auftritten sein musikalisches Können unter Beweis stellen. Im Nachwuchsbereich ist der Verein gut aufgestellt. Bei den Neuwahlen des Fördervereins wurden alle Vorstandsmitglieder in ihren Ämtern bestätigt. Bei den Wahlen des Hauptvereins standen Kathrin Nowack, Werner Löw sowie Larissa Göggel nicht mehr zur Wahl.



Gemeinsame Vorstandschaft (Alt und Neu gewählte) • Foto: MV Hausen a. A.

Ergebnis der Neuwahlen:

- Vorstandsriege: Swantje Hucker, Raphael Göggel, Leon Holzbock und Daniel Fischer
- Kassiererinnen: Daniela Senn und Julia Wetz.
- Beisitzer: Aaron Göggel und Marcel Kronenthaler.
- Jugendleiterin: Annabel Seeger
- Jana Löw: Jugendvertreterin.

Der Ausblick auf das Jahr 2026 war für alle sehr erfreulich.

Militär- u. Kriegerkameradschaft Göggingen

Am Samstag 21. März findet unsere diesjährige Generalversammlung im Gasthaus „zur Linde „ statt.

Beginn 19:30 Uhr.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Totenehrung
3. Bericht des Schriftführers
4. Bericht des Rechners
5. Bericht der Rechnungsprüfer
6. Entlastung
7. Bericht des Vorstandes
8. Ehrungen
9. Wahlen
10. Wünsche und Antäge

Hierzu sind alle Mitglieder mit Begleitung recht herzlich eingeladen. Ebenso die Ehefrauen unserer verstorbenen Kameraden.

Die Vorstandschaft

Reservistenkameradschaft Krauchenwies

Einladung zur Jahreshauptversammlung 2026

Die Kameradschaft lädt alle Mitglieder am Samstag, den **18.04.2026 ab 18:00 Uhr** im Reservistenheim Krauchenwies zur Jahreshauptversammlung 2026 ein.

Tagesordnungspunkte

1. Beginn mit gemeinsamen Essen
2. Begrüßung durch den Vorsitzenden
3. Feststellung fristgerechter Einladung
4. Feststellung der Beschlussfähigkeit
5. Verlesen Protokoll der letzten HV
6. Bericht des Vorsitzenden
7. Bericht des Kassiers
8. Bericht der Kassenprüfer
9. Entlastung des Kassiers
10. Entlastung der Vorstandschaft
11. Erhöhung der Getränkepreise Diskussion und Beschluß
12. Sommerfest und Ausflug Terminfestlegung und Absprache mit den Schützen

Info über den Holzeinkauf 2026, sägen und spalten vom Holz. Internetanschluss im RK-Heim, Grillfeste anderer Vereine, Sachstand der Schiebefenster der Terrasse. Regenwasserkanal. Besprechung und Vorschlag Umbau Eingang Terrasse. Wünsche und Anträge und Aussprache Zwecks gemeinsamen Essen bitten wir um Anmeldung innerhalb 14 Tagen!

Wünsche und Anträge sind schriftlich bis 7 Tage vor der Hauptversammlung an Siegfried Nowotny zu richten. Sürgensteinstraße 2/1, 72505 Krauchenwies, E-Mail m.s.nowotny@t-online.de

Siegfried Nowotny
1.Vorsitzender

VdK Ortsgruppe Krauchenwies

Einladung zur Mitgliederjahresversammlung

Liebe Mitglieder, am **Samstag den 21. März** findet im Gasthaus Krone in Krauchenwies **um 16:00 Uhr** unsere diesjährige Mitglieder-Jahresversammlung statt. Es würde uns freuen wenn möglichst viele Mitglieder an dieser Versammlung teilnehmen würden.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Tätigkeitsbericht des 1. Vorsitzenden
3. Kassenbericht des Ortsverbandskassiers
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Aussprache über die Berichte
6. Entlastung der Vorstandschaft
7. Grußworte des Herrn Bürgermeister
8. Ehrungen langjähriger Mitglieder
9. Grußworte des Herrn Kreisvorsitzenden
10. Verschiedenes, Wünsche und Anträge

gez. Kaus Bergermann (1. Vorsitzender)

Senioren-gemeinschaft Krauchenwies

Einladung zum Seniorennachmittag im Pfarrheim Krauchenwies am 24. März 2026 ab 15.00 Uhr

Alle Seniorinnen und Senioren, die Lust auf nette Gespräche und gemütliche Stunden in angenehmer Gesellschaft genießen wollen sind herzlich eingeladen.

Es gibt Kaffee und Kuchen sowie Erfrischungsgetränke. Jeder und Jeder ist herzlich willkommen.

Vorankündigung für den Seniorennachmittag am 28.04.2026

Als besonderen Gast haben wir Herrn Berndhard Bitterwolf - ein bekannter Musiker, Liedermacher und oberschwäbisches Original, eingeladen. Er wird uns an diesem Nachmittag mit seinem oberschwäbischen Humor unterhalten.

Wir freuen uns auf zahlreiche Besucher/innen.
Das Team der Seniorengemeinschaft Krauchenwies

Volkstanzgruppe Bittelschieß



Foto: Ingrid Enderle

Mostprobe am 21.03.2026 im Bürgerhaus in Bittelschieß

Sie trinken gerne Most? Sie machen jedes Jahr Ihren eigenen Most? Lassen Sie Ihren Most bewerten oder kommen Sie zur Mostprobe um den eingereichten Most zu bewerten. Wir starten **um 19 Uhr** mit Kesselfleischessen. Wir reichen Kränzle, Bauch, Leber, Nierle und Herz mit selbstgebackenem Brot und Sauerkraut. Eine gute Grundlage für die Mostprobe. Bringen Sie Ihren Most zur Bewertung vorbei, er wird von den Gästen begutachtet, probiert und gewärtet nach Aussehen, Geruch und Geschmack. Fachsimplen Sie mit anderen Gästen. Natürlich ist es auch möglich nur Kesselfleisch zu essen. Wir freuen uns über jeden, der einen Most zur Bewertung (nur 10 Probe möglich) mitbringt. Die ersten 3 Plätze und der letzte Platz erhalten einen Preis. Also schnell anmelden und am Abend 3 Liter Most mitbringen.

Anmeldung: Hubert Griesser an: 07576/1369 oder per Mail: hubert-griesser56@gmail.com

Bitte beachten: Mehr als 10 Mostproben können wir nicht annehmen.

Kirchennachrichten

Seelsorgeeinheit Krauchenwies-Rulfingen

Samstag, 21.03.2026

Krauchenwies - 8-16 Uhr
Aktion Kilo beim Netto-Markt
Ablach - 19.00 Uhr
Wortgottesfeier am Vorabend
mit Kommunionsspendung

Sonntag, 22.03.2026

Göggingen - 9.00 Uhr
Eucharistiefeier
Ged.: Lucia Seyfried (Jtg.)

Krauchenwies - 10.30 Uhr

Eucharistiefeier
mitgest. von den EKO-Kindern
Ged.: Maria und Eugen Mayer u. verst. Ang., Georg und Else Härtl,
Eanuel Pop, Georg Dinca, Josef Szedlak, Josef Jakob und verst. Ang.
Krauchenwies - 17.00 Uhr
Bußfeier

Dienstag, 24.03.2026

Hausen a. A. - 19.00 Uhr
Eucharistiefeier

Donnerstag, 26.03.2026

Bittelschieß - 19.00 Uhr
Eucharistiefeier
Ged.: Helga und Norbert Mühleisen

Gemeindeversammlungen

Wir laden Sie, als Mitglied der einzelnen Pfarrgemeinden herzlich in ihrer Gemeinde ein.

„Lasst uns gemeinsam aktiv die Entwicklung unserer neuen Gemeindestrukturen gestalten. Zusammen wollen wir die Weichen für eine zukunftsfähige Gemeinschaft stellen, unsere Gemeinde als Ort des Glaubens etablieren, an dem Menschen zusammenkommen, sich gegenseitig unterstützen und gemeinsam wachsen können.“

Dabei sein und mit uns die Zukunft unserer Gemeinde gestalten!
Wir freuen uns auf Ihre Ideen!

Eure Gemeindeteams vor Ort

St. Laurentius, Krauchenwies:

Sonntag, 19. April 2026 um 11.30 Uhr
(im Anschluss an den Gottesdienst)

St. Odilia, Hausen a. A.:

Samstag, 25. April 2026 um 20.00 Uhr
(im Anschluss an den Gottesdienst)

St. Ulrich, Rulfingen:

Sonntag, 26. April 2026 um 10.00 Uhr
(im Anschluss an den Gottesdienst)

St. Nikolaus, Göggingen:

Sonntag, 17. Mai 2026 um 10.00 Uhr
(im Anschluss an den Gottesdienst)

Katholische Landbewegung

- Emblem – Bezirk Hohenzollern-Sigmaringen

Zu unserem Familiensonntag mit dem Thema:

„Singen macht glücklich – Freude verlängert das Leben“ mit Bauern- und Heimatdichter Hugo Breitschmid und am Akkordeon Josef Kugler am Sonntag, 22. März 2026 von 14.00 bis 17.30 Uhr im Saal St. Wendelin (unter der neuen Kirche) in Mengen-Rulfingen laden wir Sie herzlich ein!

Liebe Mitglieder, Freundinnen und Freunde der Kath. Landbewegung KLB!

„Singen macht glücklich, Freude verlängert das Leben“ lautet das diesjährige Thema des Familiensonntags in Rulfingen.

In unserer von kriegerischen Auseinandersetzungen und machtbessener Zeit mit Nachrichten, die vielen Angst machen, suchen immer mehr Menschen nach einem Leben, das von Nächstenliebe, Gemeinschaft, Glück und Freude erfüllt ist. Sie spüren, daß das alleinige Streben nach Erfolg, Karriere und Reichtum sie innerlich nicht erfüllt, oft auch gesundheitlich überfordert und immer unzufriedener macht. Dabei gibt es Möglichkeiten, dem Glück und der Freude im Leben mehr Zeit zu schenken.

„Der Mensch lebt nicht vom Brot allein“, heißt es schon in der Bibel. Mit Leib und Seele Mensch sein, daß dies gelingt, dafür gibt es je nach Begabung und Talent viele Möglichkeiten der Herzensbildung.

An diesem Nachmittag wollen wir gemeinsam mit besinnlich-heiteren Gedichten und Geschichten unseres Bauern- und Heimatdichters vom Bussen Hugo Breitschmid und mit gemeinsam gesungenen Liedern, begleitet am Akkordeon von Josef Kugler einen frohen Nachmittag erleben.

Wir freuen uns auf Euer/Ihr zahlreiches Kommen!

Für die KLB: Josef und Erna Kugler, Ingrid und Reinhold Walz, Marlies Bohner, Werner und Dora Heinzle, Brigitte Schirl, Elisabeth und Günther Lutz.

Programm: 14.00 Uhr Begrüßung

**14.30 Uhr „Singen macht glücklich-
Freude verlängert das Leben“**

15.15 Uhr Kaffeepause

16.00 Uhr Fortsetzung des Vortrags

17.00 Uhr Abschlußandacht

Weitere Informationen: Für den Familiensonntag wird ein Beitrag von 1,50 € erhoben

Anmeldung ist nicht erforderlich.

Es werden Getränke, Kaffee und Zopfbrot angeboten

Bitte werben Sie für diesen besinnlich, heitern Tag bei Freunden und Bekannten

**Weitere Infos bei: Josef Kugler III, Habsthalerstr. 28,
88512 Mengen-Rosna, Tel.-Nr. 07576/333**

Wir laden alle Kinder und Familien herzlich ein zum Kinderkreuzweg

Entdeckt zusammen Geschichten und Gebeten an den mitmach Stationen zum Kreuzweg Jesus. Auf Eueren Besuch freuen sich die Erstkommunikationskinder aus Göggingen.

Termin: Karfreitag, **04. April 2026 von 14:00 bis 17:00 Uhr**

Ort: am Adlerplatz bei der St. Nikolauskirche in Göggingen

Evangelische Kirchengemeinde Sigmaringen

Gemeindebüro, Karlstr. 24, Sigmaringen
07571-683010, Gemeindebuero.Sigmaringen@elkw.de
Ökumenisches Büro „mittendrin-Kirche am Markt“
07571-730930, info@mittendrin-sigmaringen.de
„KleiderReich“, ökum. Kleiderladen
Di, Do, Sa: 10-14 Uhr, Mi+Fr: 14-18 Uhr
07571-184 32 33, Susanna.Fitz@elkw.de

Gottesdienste

So, 22.03.26

09:30 Uhr: Ev. Stadtkirche im Anschluss Kirchenkaffee, Ströhle

11:00 Uhr: Pfarrkirche in Bingen, Ströhle

Di, 24.03.26

10:15 Uhr: Josefinenstift, Dr. Sill

Diese Woche: Posaunenchor, Kantorei, Handarbeitskreis, Konfirmandenunterricht, Begegnungen und Gespräche „Neue Wege in der Pflege“ etc

Weitere Infos zu Terminen/Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage: www.evang-sig.de

Anmeldung Newsletter: www.evang-sig.de/newsletter

Einen monatl. Veranstaltungskalender + den Gemeindebrief gibt es im Gottesdienst sowie in der offenen Stadtkirche (Karlstr. 22).

Evangelische Kirchengemeinde Meßkirch

Wochenspruch: Der Menschensohn ist nicht gekommen, dass er sich dienen lasse, sondern dass er diene und gebe sein Leben als Lösegeld für viele. (Matthäus 20,28)

Samstag, 21. März

19.00 Uhr Konzert mit dem Regenbogenchor Wald e.V. in der Heilandskirche

Sonntag, 22. März (5. Sonntag der Passionszeit-Judika)

9.30 Uhr Gottesdienst (Prädikantin M. Grau)

14.00 Uhr ökumenischer Abschlussgottesdienst/Vesperkirche mit dem Posaunenchor

Montag, 23. März

15.00-17.00 Uhr Begegnungscafé

Dienstag, 24. März

14.00 Uhr Frauentreff

19.30 Uhr ökumenische Bibelwoche im Herz-Jesu-Heim (Thom Beck)

Freitag, 27. März

16.00 Uhr Gruppenstunde der „Meute“

17.00 Uhr Gruppenstunde der „Füchse“

19.45 Uhr Probe Posaunenchor in Meßkirch

Sonntag, 29. März (Palmsonntag)

9.30 Uhr Gottesdienst (Pfarrer K. Mehl)

Ökumenischen Bibelwochen 2026

Vom Feiern und Fürchten - Texte aus dem Buch Ester

jeweils am Dienstag um 19.30 Uhr

im Herz-Jesu-Heim - Kleiner Saal (Schloßstraße in Meßkirch)

24.03.2026: Thom Beck

Eine Frage von Opfer und Täter (Ester 8,3-9,19)

Landratsamt Sigmaringen

Tag des Gesundheitsamts zeigt Vielfalt der Aufgaben im öffentlichen Gesundheitsdienst

Spätestens seit der Corona-Pandemie kennt es jeder: Das Gesundheitsamt. In Zeiten von Quarantäne, Tests und Kontaktverfolgung stand es plötzlich im Fokus der Öffentlichkeit. Doch die Pandemie hat nur einen Teil der Arbeit sichtbar gemacht. Denn das Gesundheitsamt ist deutlich vielfältiger. Darauf macht der Tag des Gesundheitsamts am 19. März aufmerksam.

„Wir begleiten Familien bereits im Kindesalter: Bei der Einschulungsuntersuchung werden alle Kinder im vorletzten Kindergartenjahr untersucht“, sagt Dr. Susanne Haag-Milz, Leiterin des Sigmaringer Gesundheitsamts. Dabei geht es nicht um eine Bewertung, sondern um die frühzeitige Unterstützung des Kindes, sofern Förderbedarf besteht. „Gleichzeitig liefern die Ergebnisse wichtige Daten für die Gesundheitsberichterstattung und helfen bei der Planung bedarfsgerechter gesundheitlicher Maßnahmen.“

Auch die Kinder- und Jugendzahnpflege gehört zum präventiven Auftrag. Seit Anfang des Jahres werden die zahnärztlichen Früherkennungsuntersuchungen im „Gelben Heft“ dokumentiert. Damit ist die Mundgesundheit fester Bestandteil der Vorsorge von Kindern.

Ein zentraler Anlaufpunkt für Familien im Landkreis Sigmaringen stellt das Familiengesundheitszentrum an den Standorten Sigmaringen, Bad Saulgau und Pfullendorf dar. „Dort arbeiten Hebammen und pädagogische Fachkräfte Hand in Hand, um Eltern praktische Unterstützung und verlässliche Beratung von der Schwangerschaft bis ins erste Lebensjahr ihres Kindes zu bieten“, sagt Dr. Haag-Milz. So können Familien offene Hebammensprechstunden nutzen, an Kursen teilnehmen und sich bei Informationsveranstaltungen zu unterschiedlichen Themen umfassend informieren. Neue Vernetzungsmöglichkeiten und bedarfsgerechte Fortbildungen stärken die ambulante Hebammenversorgung.

Darüber hinaus arbeitet das Gesundheitsamt kontinuierlich an der medizinischen Primärversorgung im Landkreis Sigmaringen. „Durch den Aufbau regionaler Primärversorgungsnetzwerke werden die Zusammenarbeit der Gesundheitsakteure gestärkt und Versorgungslücken geschlossen“, betont die Leiterin des Sigmaringer Gesundheitsamts. Die Gesundheitsförderin des Landkreises koordiniert die Maßnahmen, vermittelt zwischen Ärzteschaft, Kassenärztlicher Vereinigung Baden-Württemberg (KVBW) und Landkreis und wirkt darauf hin, dass die Bevölkerung bedarfsgerecht, wohnortnah und patientenorientiert versorgt wird.

Auch im Erwachsenenalter bleibt das Gesundheitsamt Ansprechpartner für wichtige Themengebiete. Der amtsärztliche Dienst erstellt medizinische Gutachten, Bescheinigungen, etwa zum für Reisen mit Betäubungsmitteln, und bietet anonyme und kostenlose Beratungen zu HIV sowie anderen sexuell übertragbaren Infektionen an. „Weniger bekannt, aber für die öffentliche Gesundheit bedeutsam ist die Erfassung von Daten zur Todesursachenstatistik, die wichtige Erkenntnisse auf gesundheitliche Entwicklungen liefert und als Grundlage für verlässliche gesundheitspolitische Entscheidungen dient“, erklärt Dr. Haag-Milz.

Eine Kernaufgabe des Gesundheitsamts ist der Infektionsschutz. Das Amt berät bei Infektionskrankheiten, ermittelt Krankheitsausbrüche, überwacht meldepflichtige Infektionskrankheiten, betreut Tuberkulosefälle und berät Einrichtungen wie Krankenhäuser, Gemeinschaftseinrichtungen sowie die Öffentlichkeit zu Hygienefragen. Ebenso finden Belehrungen nach dem Infektionsschutzgesetz beim Umgang mit offenen Lebensmitteln statt. Das Gesundheitsamt sorgt aktiv dafür, dass Infektionen eingedämmt und Risiken frühzeitig erkannt werden. Genauso bedeutend ist die Überwachung von Umweltfaktoren, insbesondere die Trinkwasserqualität und die Sicherheit von Schwimm- und Badegewässern. Das Gesundheitsamt prüft regelmäßig diese Gewässer, bewertet mögliche Gefahren für die Gesundheit und ergreift Maßnahmen, um Risiken zu minimieren. Dadurch wird die Bevölkerung umfassend geschützt.

Der Tag des Gesundheitsamts will diese Vielfalt an Aufgaben in den Mittelpunkt rücken. „Diesen Anlass möchten wir nutzen, um den Blick zu weiten“, sagt Dr. Susanne Haag-Milz. „Denn das Gesundheitsamt ist nicht nur eine Behörde für Krisenzeiten, sondern ein zentraler Akteur im öffentlichen Gesundheitswesen.“

Wildtierberater Johannes Maier stellt sich vor

Der Wildtierberater des Landkreises Sigmaringen, Johannes Maier, lädt alle Interessierten zur Teilnahme an einem einstündigen Webinar ein. Bei der Online-Veranstaltung stellt er sich selbst und seine Aufgaben vor. Beginn ist am Donnerstag, 26. März, um 16 Uhr.

In einem kurzen Impulsvortrag erläutert Johannes Maier praxisnah, welche Konflikte mit Wildtieren auftreten und wie diese angegangen und gelöst werden können. So etwa, wenn Füchse Beete umgraben, Marder Dachböden besiedeln oder Schwarzwild in der Landwirtschaft Schäden anrichtet. Darüber hinaus gibt der Wildtierberater Einblicke in sein Netzwerk und erläutert, bei welchen Problemen er weiterhelfen kann. Im Anschluss steht er für Fragen zur Verfügung.

Maier hat im vergangenen Jahr seinen Dienst im Fachbereich Forst des Landratsamts aufgenommen und ist seither Bindeglied zwischen Bürgerinnen und Bürgern, Behörden, Jägerschaft, Forschung und Naturschutzverbänden, wenn es um Themen rund um Wildtiere geht. Die Teilnahme am Webinar ist kostenlos, erfordert jedoch eine Anmeldung bis Dienstag, 24. März.

Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es im Internet unter www.landkreis-sigmaringen.de/waldkalender beziehungsweise über untenstehenden QR-Code. Die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden einen Tag vor der Veranstaltung per E-Mail zugesandt.



Landkreis lässt Schäden an Kreisstraße zwischen der L 268 und Rulfingen sanieren

Das Landratsamt Sigmaringen lässt von Freitag, 27. März, bis voraussichtlich Freitag, 10. April, Fahrbahnschäden an der Kreisstraße 8240 (Rosnaer Straße) zwischen der L 268 (Pfullendorf – Mengen) und Rulfingen sanieren. Risse, Setzungen und Ausbrüche im Asphaltbelag machen die Maßnahme erforderlich. Die Arbeiten sind witterungsabhängig, Änderungen im Zeitplan sind daher möglich. Für die Dauer der Arbeiten muss die K 8240 auf dem Streckenabschnitt voll gesperrt werden. Die Umleitung des Verkehrs von Rosna in Fahrtrichtung Rulfingen erfolgt über die Landesstraße 268, Mengen und die Bundesstraße 311 nach Rulfingen und von Rulfingen in Fahrtrichtung Rosna in umgekehrter Reihenfolge. Änderungen im Busverkehr geben die Busunternehmen selbst bekannt. Die Kosten der Maßnahme belaufen sich auf rund 210.000 Euro und werden vom Landkreis Sigmaringen getragen.

Informationen über die mit dieser Baumaßnahme verbundenen Verkehrsbeschränkungen können im täglich aktualisierten Baustelleninformationssystem (BIS) des Landes Baden-Württemberg im Internet unter www.verkehrsinfo-bw.de abgerufen werden.

Wahlergebnis der Landtagswahl 2026 im Wahlkreis 70 Sigmaringen festgestellt

Der Kreiswahlausschuss hat in seiner Sitzung am 13. März 2026 das Ergebnis der Landtagswahl vom 8. März 2026 im Wahlkreis 70 Sigmaringen festgestellt. Es ergaben sich nur geringe Änderungen gegenüber dem geprüften vorläufigen Ergebnis. Von den 97.910 Wahlberechtigten im Wahlkreis haben 68.543 Personen gewählt, dies entspricht einer Wahlbeteiligung von 70,01 Prozent.

Kreiswahlleiterin Claudia Wiese dankte den haupt- und ehrenamtlichen Wahlbeteiligten für ihr Engagement bei der Organisation und der Abwicklung der Wahl. Das Ergebnis im Wahlkreis muss noch vom Landeswahlausschuss bestätigt werden, der am 27. März 2026 tagt. Die öffentliche Bekanntmachung des Wahlergebnisses im Wahlkreis erfolgt daher erst nach dem 27. März 2026 über die Internetseite www.landkreis-sigmaringen.de.

Zahnarzt gibt Tipps zur richtigen Zahnpflege von Anfang an

Ein gesundes Lächeln beginnt schon im Säuglingsalter: Wie die Zahngesundheit von Kindern von Anfang an gefördert werden kann, steht im Mittelpunkt der Online-Veranstaltung „Strahlender Start ins Leben – Was bei der Mundhygiene von Säuglingen und Kindern zu beachten ist“ am Mittwoch, 25. März, um 18 Uhr. Referent Carsten Abel, Jugendzahnarzt am Gesundheitsamt, gibt dabei alltagsnahe Tipps zur richtigen Zahnpflege.

Der Zahnmediziner erklärt unter anderem, ob und wann der Einsatz einer elektrischen Zahnbürste sinnvoll ist, welche Empfehlungen zur Fluoridierung gelten und ob Mundspüllösungen für Kinder geeignet sind. Ziel seines Vortrags ist es, Eltern zu zeigen, dass gute Mundhygiene weder kompliziert noch zeitaufwendig sein muss – wenn man weiß, worauf es ankommt. Dabei bringt Carsten Abel seine Erfahrung aus der zahnmedizinischen Prävention in Kitas und Schulen ein. Auch individuelle Fragen der Teilnehmenden sind ausdrücklich willkommen. Die Veranstaltung wird organisiert vom Familiengesundheitszentrum des Landratsamts Sigmaringen und findet statt im Rahmen des Kulturschwerpunkts 2026 „Bildung“.

Informationen über weitere Veranstaltungen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es im Internet unter www.landkreis-sigmaringen.de/veranstaltungen und über untenstehenden QR-Code.



Entsorgungsanlage Ringgenbach erweitert ab 11. April die Öffnungszeiten

Während der Vegetationszeit nutzen erfahrungsgemäß noch mehr Bürgerinnen und Bürger das Angebot zur Abgabe ihrer Abfälle bei der Entsorgungsanlage Ringgenbach als sonst. Vor allem samstagsvormittags führt das zu teils erheblichen Wartezeiten bei der Ein- und Ausfahrt. Vom 11. April bis zum 31. Oktober öffnet die Anlage samstags daher bereits ab 8 Uhr. Am Karsamstag, 4. April, bleibt die Entsorgungsanlage jedoch geschlossen. Damit hat die Entsorgungsanlage Ringgenbach ab 11. April wie folgt geöffnet:

Montag	8.30 – 12.00 und 13.00 – 16.30 Uhr
Dienstag – Donnerstag	8.00 – 12.00 und 13.00 – 16.30 Uhr
Freitag	8.00 – 12.00 und 13.00 – 17.00 Uhr
Samstag	8.00 – 12.00 Uhr

Letzter Einlass ist 15 Minuten vor Ende der Öffnungszeiten, also um 11.45 Uhr und um 16.15 Uhr beziehungsweise freitags um 16.45 Uhr.

Bei allen Anlieferungen aus privaten Haushaltungen ist die Vorlage der Datenmatrix aus dem Gebührenbescheid 2026 erforderlich. Weil die neuen Gebührenbescheide erst jüngst versendet wurden, gilt vorläufig auch noch die Datenmatrix aus dem Gebührenbescheid 2025. Alle Bürgerinnen und Bürger, die keine Datenmatrix vorweisen können, müssen für ihre Anlieferungen die jeweiligen Gebühren vor Ort gemäß der Abfallwirtschaftssatzung bezahlen.

Für Sie notiert

DRK-Kreisverband Sigmaringen e.V.

Kostenfreier Info-Abend "Vorsorge gestalten"

Viele Menschen fragen sich, was geschieht, wenn man selbst durch eine Krankheit oder einen Unfall in die Situation kommt, in der man auf fremde Hilfe angewiesen ist. Wer bezahlt meine Rechnungen? Wer organisiert für mich Hilfsdienste? Wer kümmert sich um meine Wohnung, und sei es auch nur vorübergehend?

Diese und andere Fragen verlangen nach Antworten. Die gute Nachricht ist: Das deutsche Recht stellt verschiedene Möglichkeiten bereit, Regelungen zur Vorsorge zu treffen. An unserem Info-Abend wird grundsätzliche Wissen über die verschiedenen Formen der Vorsorge und deren Zusammenspiel vermittelt.

Herr Stefan Lüdeke von SKM Betreuungsverein im Landkreis Sigmaringen informiert über die persönlichen Möglichkeiten der Vorsorge durch Vorsorgevollmachten, rechtliche Betreuung und Patientenverfügung und beantwortet Fragen, die sich in diesem Zusammenhang ergeben.

Termin: 31.03.2026

Uhrzeit: 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr. Wir nehmen uns Zeit für Ihre Fragen.

Veranstaltungsort: Haus am Stachus 1, 88605 Meßkirch

Referent: Stefan Lüdeke, SKM - Landkreis Sigmaringen

Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Plätze sind begrenzt. Deshalb bitten wir um Anmeldung an folgende E-Mail: anmeldung@drk-sigmaringen.de

SRH Kliniken Rückengesundheit

Rückengesundheit beginnt lange vor einer OP und endet nicht mit ihr: SRH Expert:innen zeigen, warum Bewegung der Schlüssel zur Rückengesundheit ist.

- Zum Tag der Rückengesundheit am 15. März informieren die Kliniken der SRH über ihr Angebot zu Prävention, moderner Diagnostik und Therapie von Rückenleiden.
- Aktuelle Forschungsergebnisse zeigen: Nicht allein Muskelmasse entscheidet über einen gesunden Rücken – auch der Fettanteil innerhalb der Muskulatur spielt eine zentrale Rolle.

- Aus der Forschung in die Praxis: Expertentipps- und Informationen für die richtige Diagnose und Training für eine stabile und belastbare Rückenmuskulatur

Rückenschmerzen gehören zu den häufigsten gesundheitlichen Beschwerden in Deutschland – und sie bleiben oft unbehandelt. Laut einer Studie der AOK berichten rund 80 Prozent der Menschen von Rückenproblemen, doch nur etwa jede fünfte betroffene Person sucht medizinische Unterstützung. Eine Vorstellung in einer Praxis oder Klinik ist glücklicherweise nicht immer notwendig. Häufig hilft das richtige Wissen über Risikofaktoren, um bei der Vorbeugung zu unterstützen. Doch diese sind teilweise komplexer sind als lange angenommen.

Neue Auswertungen der NAKO Gesundheitsstudie (2025) rücken die Muskulatur selbst stärker in den Fokus der Forschung. Die Daten legen nahe, dass ein erhöhter Fettanteil innerhalb der Rückenmuskeln bei gleichzeitig reduzierter Muskelmasse mit einem deutlich höheren Risiko für chronische Rückenschmerzen verbunden ist. Die untersuchten Muskelparameter könnten künftig eine wichtige Rolle spielen – ähnlich wie Biomarker – um Risiken frühzeitig zu erkennen und Therapien individueller auszurichten.

Um die Muskulatur zu analysieren, braucht es Expertinnen und Experten. Am SRH-Klinikum Sigmaringen bestimmt beispielsweise Prof. Dr. Werner Klingler, Chefarzt der Anästhesie und einer der führenden Fasziensforscher Deutschlands, mit speziellen Messgeräten und Sonographiemethoden die Qualität der Muskeln und Faszien.

„Die Ergebnisse zeigen, dass wir Rückengesundheit noch differenzierter betrachten müssen“, sagt Rüdiger Hennig, Leitender Arzt der Sportmedizinischen Abteilung am SRH Klinikum Sigmaringen. „Entscheidend ist nicht nur, wie stark ein Muskel erscheint, sondern auch seine Qualität. Eine aktive, gut trainierte Rumpfmuskulatur schützt die Wirbelsäule und kann helfen, chronische Beschwerden zu verhindern. Das Training dafür, zum Beispiel die sogenannte Core Stability, ist gar nicht so aufwändig wie man denkt“ ergänzt er.

Von der Forschung in die Praxis

Zum Tag der Rückengesundheit greifen die spezialisierten Häuser des Gesundheits- und Bildungsunternehmens SRH diese wissenschaftlichen Erkenntnisse auf und verbinden sie mit ihrem medizinischen Versorgungsangebot. Unter dem Motto „**Rückengesundheit beginnt lange vor einer OP und endet nicht mit ihr**“ informieren Fachärztinnen und Fachärzte, Therapeut:innen und Pflegekräfte aus verschiedenen Bereichen bis zum 15. März über Prävention, Diagnostik, Therapie und Rehabilitation bei Rückenbeschwerden.

Ziel ist es, Menschen für die Bedeutung der Rückenmuskulatur zu sensibilisieren – und ihnen konkrete Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie ihre Rückengesundheit aktiv stärken können.

Erste Tipps für eine stabile und belastbare Rückenmuskulatur gibt Rüdiger Hennig direkt mit:

1. **Rumpfmuskulatur gezielt trainieren**
Übungen für Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur stabilisieren die Wirbelsäule nachhaltig.
2. **Bewegung im Alltag integrieren**
Regelmäßige Aktivität – etwa Spaziergänge, Radfahren oder leichtes Krafttraining – unterstützt den Muskelstoffwechsel.
3. **Muskelaufbau statt Schonhaltung**
Bei vielen Rückenproblemen hilft kontrolliertes Training besser als dauerhafte Entlastung.
4. **Frühzeitig medizinischen Rat einholen**
Anhaltende Beschwerden sollten ärztlich abgeklärt werden, um chronische Verläufe zu vermeiden.

Wenn der Rücken mehr Hilfe braucht

Ob erste Beschwerden oder komplexe Erkrankung: die Kliniken der SRH unterstützen Patientinnen und Patienten mit einem breiten Spektrum moderner Rückenmedizin - von der Diagnostik über die richtige Behandlung bis zur Rehabilitation.

Rückengesundheit ist mehr als Schmerzbehandlung: Sie beginnt bei Bewegung, setzt auf moderne medizinische Erkenntnisse und sorgt idealerweise für einen aktiven, beschwerdefreien Alltag.

16. Frauenkleider-Basar Ostrach

Sa. 28. März 2026 von 14-16 Uhr

Wo? Buchbühlhalle Ostrach

Was? Frauenbekleidung - Frühjahr / Sommer mit Kaffee- und Kuchenverkauf

ANMELDUNG UND INFORMATION ab 18. März 2026 - nur zwischen 18 - 20 Uhr; per Mail: frauenkleiderbasar-ostrach@web.de

ERLÖS ZUGUNSTEN DER JUNGMUSIKANTEN

Naturschutz Zentrum Obere Donau

**Beuron. Vortrag „Kräht der Gockel auf dem Mist...“
Was Sie über Wetter und Klima wissen sollten.**

Donnerstag, 26. März, 19 Uhr (Anmeldung bis 25.03.)

Den täglichen Wetterbericht verfolgen wir alle mit Spannung. Aber kaum jemand weiß heute noch, die vielfältigen Zeichen am Himmel zu deuten, die uns helfen, das Wetter selbst vorherzusagen. Stimmen die alten Bauernregeln? Stimmt es, dass Stürme, Unwetter und Überschwemmungen in Zeiten des Klimawandels zunehmen? Warum fallen Schneeflocken manchmal - aber nicht immer - als perfekt geformte Sternchen vom Himmel? Warum ist bei Föhn die Sicht so gut und der Kopf so schwer? Und warum fällt an einem brütend heißen Sommertag mitunter eisiger Hagel aus einer Gewitterwolke? All diese Fragen – und viele weitere - beantwortet der rund einstündige Vortrag am Donnerstag, 26. März um 19 Uhr. Treffpunkt: Haus der Natur, Seminargebäude; Referentin: Judith Engst; Gebühr: 5,- Euro; Anmeldung bis 25. März beim Haus der Natur, Telefon 07466/9280-0, info@nazoberedonau.de.

Beuron. Naturspaziergang im Donautal.

Freitag, 27. März, 14 Uhr (Anmeldung bis 26.03.)

Spazieren gehen, entspannen und Wissenswertes über den Naturraum erfahren. Das ist das Ziel der leichten, ca. zweistündigen Wanderung am Freitag, 27. März um 14 Uhr auf angenehm begehren Wegen. Mitten im Herzen des Durchbruchtales der Oberen Donau gibt es eine Vielzahl interessanter Themen, die vom Spazierweg aus erörtert werden können. Wie z.B. konnte es die heute so beschauliche Donau schaffen, das imposante Tal zu formen und welche besonderen Lebensräume mit ihren Bewohnern sind im Laufe der Zeit entstanden? Sicherlich gibt es beim Spaziergang Neues zu erfahren und den einen oder anderen Grund zum Staunen. Treffpunkt: Haus der Natur; Leitung: Samantha Giering, Naturschutzzentrum Obere Donau; Gebühr: 5,- Euro; Anmeldung bis 26. März beim Haus der Natur, Telefon 07466/9280-0, info@nazoberedonau.de.

Leibertingen. Gesundheitswandern im Naturpark.

Samstag, 28. März, 14 bis ca. 17 Uhr

Auf der Gesundheitswanderung am Samstag, 28. März, von 14 bis 17 Uhr lernen die Teilnehmenden einfache Körper- und freie Atemübungen und eine gezielte Aufmerksamkeit kennen. Die Bewegung in freier Natur verbunden mit den Körper- und Atemübungen fördert eine differenzierte Körperwahrnehmung, verbessert die Beweglichkeit und Spannkraft, kräftigt und entspannt gleichzeitig die Muskulatur. Unterwegs lädt die Region mit ihren Naturschönheiten und herrlichen Ausblicken auf eine faszinierende Naturkulisse ein, durch gezielte Naturbetrachtungen die Sinne, das Bewusstsein und die Umgebung neu zu beleben. Dauer: ca. 3-4 Stunden, Länge ca. 5-8 km, ca. 200-400 Hm. Treffpunkt: Parkplatz Burg Wildenstein; Gebühren: 15,- Euro. Anmeldungen und Informationen bei der Naturparkführerin Simone Stoll, Telefon 0176 32673802, info@lebensschule-gesundheit.de

Wanderung Frühlingserwachen im Donautal.

Samstag, 28. März

Aussichtsreiche Donautal-Felsentour mit sportlichem Profil am Samstag, 28. März: Dietfurt – Teufelslochfelsen – Gutenstein-Kreuzfelsen – Rabenfelsen – Thiergarten- Gutenstein – Robertsfels – Dietfurt. Wanderstrecke: 17 km, 810 Hm, Wanderzeit: ca. 7,5

Stunden. Gute Kondition und Trittsicherheit werden vorausgesetzt, teilweise steile Auf- und Abstiege. Anmeldung und Informationen beim Naturparkführer Karl-Peter Neusch, Telefon 07573/1830, kpp-neusch@t-online.de.

**Beuron. Mit dem Förster dem uralten,
ausgestorbenen Handwerk der Köhler auf der Spur.**

Wanderung am Sonntag, 29. März, 10 Uhr

Im Donautal rund um Beuron herum werden die Teilnehmenden bei der Wanderung am Sonntag, 29. März um 10 Uhr staunen, wie oft sie an längst verwaisten Kohlplätzen vorbeikommen. Mit offenem Blick stoßen sie immer wieder auf verkohlte Erde und untypische Geländeänderungen. Treffpunkt: Haus der Natur, Beuron; Dauer ca. 3 Stunden. Anmeldung und Informationen beim Naturparkführer Hubert Stehle, hubert-stehle@gmx.de, Telefon 07777/9396443 oder 0160 99729903.

Beuron. Filzkurs Osterhasen.

Dienstag, 31. März, 14:30 Uhr (Anmeldung bis 27.03.)

Filzen ist nicht nur was für Erwachsene. Alles was man dazu braucht, ist Lust aufs Filzen und ein wenig Durchhaltevermögen. Mit Nadel und Wolle lassen sich viele verschiedene Figuren herstellen, wie z.B. Osterhasen beim Filzkurs am Dienstag, 31. März, um 14:30 Uhr. Geeignet für Jugendliche und Kinder ab 6 Jahren. Treffpunkt: Haus der Natur, Seminargebäude; Leitung: Daniela Kiene; Gebühr: Erwachsene 15,- Euro, Kinder 10,- Euro inkl. Material; Anmeldung bis 27. März beim Haus der Natur, Telefon 07466/9280-0, info@nazoberedonau.de.

Wehstetten. Räuchern in der Braunwurz- hütte – Ostern.

Mittwoch, 1. April, 19 Uhr (Anmeldung bis 25.03.)

Traditionell wurden heimische Kräuter und Harze aus fernen Ländern z.B. zum Desinfizieren von Räumen, zur Stärkung der Gesundheit und zu spirituellen Zwecken getrocknet und verräuchert. Christiane Denzel, Bioland-Gärtnerin, Heilpraktikerin und Kräuterpädagogin, führt am Mittwoch, 1. April, 19 Uhr drei Räucherungen durch und berichtet über die Hintergründe des Brauches, des Räucherns und die Wirkung der Kräuter und Harze. Martina Braun, Wirtin der Braunwurz- hütte, Bioland-Bäuerin, Erzieherin und Kräuterpädagogin, bereitet kleine Versucherle aus wilden Genüssen zu und liest ein Kräutermärchen vor. Gebühr: 28,- Euro; Treffpunkt: Braunwurz- hütte, Wehstetten 7, Liptingen-Wehstetten; Anmeldungen bis 25. März bei Christiane Denzel, Telefon 07465/2515, breitewies@t-online.de.

Jahreskonzert der Musikkapelle Sauldorf

21. März 2026 20 Uhr, BÜRGERHAUS SAULDORF

KONZERTPROGRAMM

Glory Fanfare • Jurassic Park Soundtrack Highlights • Ratafia • Flashing Winds • Mount Everest • Music • Don't Stop Believin'

Leitung: Mathias Wischniewski

Caritasverband Sigmaringen:

Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz trifft sich in Sigmaringen

Die Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz trifft sich am **Montag, 23. März 2026 von 10-11.30 Uhr** im Karls Hotel in Sigmaringen. Neue Teilnehmer/-innen sind herzlich willkommen!

Die Gruppe wird von der Beratungsstelle für ältere Menschen und pflegende Angehörige, Caritasverband Sigmaringen angeboten. Die pflegenden Angehörigen haben die Möglichkeit, sich auszutauschen und Tipps zum Umgang mit dem demenzkranken Menschen zu erhalten.

Informationen/Anmeldung: Caritasverband Sigmaringen, Frau Pamela Brecht: Tel. 0 75 71/ 73 01 32

Fettleber – die stille Gefahr für unsere Gesundheit

Der Konferenzraum im SRH-Klinikum Sigmaringen war bis auf den letzten Platz besetzt, als Chefarzt der Allgemein- und Viszeralchirurgie, Dr. med. Alexandros Kantas über ein unterschätztes Gesundheitsrisiko sprach: die Fettleber. Sein Thema traf einen Nerv. Denn mehr als jede vierte erwachsene Person in Deutschland ist betroffen – oft ohne es zu wissen.

Wenn die Leber „zu fett“ wird

Mit anschaulichen Beispielen erklärte Dr. Kantas, was im Körper passiert, wenn sich Fett in der Leber ansammelt. „Unsere Leber ist das wichtigste Stoffwechselorgan. Doch wenn sie verfettet, arbeitet sie langsamer – manchmal jahrelang unbemerkt“, sagte er. Hauptursachen sind falsche Ernährung, zu viele Kohlenhydrate, Bewegungsmangel und Übergewicht. Sogar Kinder seien immer häufiger betroffen: „Der Anteil der von Fettleber betroffenen Kinder ist erschreckend und zeigt, dass wir dringend umdenken müssen“, betonte Dr. Kantas.

Alarmierende Zahlen

Etwa 25 % aller Erwachsenen in Deutschland leiden an einer Fettleber, in den USA sind es sogar über 30 %. Bei Menschen mit starkem Übergewicht oder Diabetes Typ 2 liegt der Anteil bei bis zu 85 %. „Eine Fettleber tut nicht weh – und genau das macht sie so gefährlich“, erklärte Dr. Kantas.

Von der stillen Störung zur ernsten Krankheit

Dr. Kantas erklärte die drei Krankheitsstadien anschaulich: von der einfachen Fettleber (Stufe 1) über die entzündliche Fettleber (Steatohepatitis, Stufe 2) bis hin zur Leberzirrhose (Stufe 3). Eine unbehandelte Fettleber kann zudem das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes Typ 2 und Leberkrebs erhöhen.

Ein Beispiel verdeutlichte die Dimension: „Ein Mann mit einem Body-Mass-Index über 35 hat ein deutlich höheres Risiko, an Leberkrebs zu erkranken“, warnte Kantas.

Gute Nachrichten: Heilung ist möglich

Trotz der ernüchternden Zahlen machte der Mediziner Mut: „Eine Fettleber ist behandelbar und in vielen Fällen sogar heilbar – wenn man rechtzeitig handelt“, so Dr. Kantas. Bereits durch konsequente Ernährungsumstellung und regelmäßige Bewegung kann die Leber sich innerhalb von sechs bis acht Wochen erholen.

Zu den empfohlenen Maßnahmen zählen:

- Kohlenhydrate reduzieren, Gemüse und eiweißreiche Kost bevorzugen.
- 150 Minuten moderate Bewegung pro Woche.
- Alkohol und leberschädigende Medikamente meiden.
- Regelmäßige Leberkontrolle beim Hausarzt durch Ultraschall und Blutwerte.

Das tut der Leber gut

Im zweiten Teil des Abends zeigte Dr. Kantas praktische Beispiele für leberfreundliche Lebensmittel. Besonders betonte er Artischocken, die die Gallensaftproduktion anregen, und inulinreiches Gemüse wie Chicorée oder Schwarzwurzel. Auch Kaffee hat einen schützenden Effekt auf die Leber.

Weitere Empfehlungen Vitamin-E-haltige Öle wie Weizenkeim-, Raps- oder Olivenöl, Hafer und Leinsamen im Müsli oder Joghurt zur Senkung des Cholesterinspiegels und ballaststoffreiche Kost zur Unterstützung der Verdauung.

Regelmäßig hinschauen lohnt sich

Zum Abschluss riet der Chefarzt eindringlich: „Die Untersuchung der Leber sollte Teil jedes Check-ups beim Hausarzt sein. Veränderungen lassen sich früh erkennen – und dann meist auch umkehren.“ Für alle, die ihre Lebensweise überdenken möchten, gab der Abend wertvolle Denkanstöße – und das Gefühl, selbst aktiv etwas für die Lebergesundheit tun zu können.

„Bruder-Klaus-Kapelle“

– Hl. Messe um Frieden auf der Welt!

Rosna: Am **Samstag, den 21. März 2026 findet um 10.30 Uhr** an der „Bruder-Klaus-Kapelle“ bei Rosna eine feierliche hl. Messe mit Predigt und Reliquiensegen zu Ehren des hl. Bruder Klaus von Flüe um Frieden auf der Welt, statt. Es ist der Geburts- und Sterbetag des Schweizer Nationalheiligen, der von 1417 bis 1487 lebte, und der Schweiz vor über 500 Jahren bis heute den Frieden brachte.

Pfarrer Meinrad Huber aus Ostrach wird den feierlichen Gottesdienst zelebrieren. Hierzu ist die Bevölkerung herzlich eingeladen.

Kino zum Start in die Osterferien: Filmgenuss im Schlosskeller Meßkirch

Zum Auftakt der Osterferien verwandelt sich der Schlosskeller in Meßkirch wieder in einen stimmungsvollen Kinosaal: Die Stadt Meßkirch und die Museumsgesellschaft Meßkirch e.V. laden gemeinsam mit dem Kinomobil Baden-Württemberg e.V. am Samstag, 28. März 2026, zu einem Filmtag für die ganze Familie ein. Um 15:30 Uhr läuft der Familienfilm „Pumuckl und das große Missverständnis“ – ein turbulentes Abenteuer mit Meister Eder und dem kleinen Kobold für Kinder ab 5 Jahren. Der Eintritt kostet 6 Euro, Popcorn und Getränk sind inklusive. Am Abend um 19:00 Uhr folgt mit „La Boum - Die Fete“ ein absoluter 80-er Jahre Kultfilm, der Generationen begeistert hat. Die Geschichte rund um die 13-jährige Vic, erste Liebe und das Gefühlschaos des Erwachsenwerdens ist bis heute ebenso berührend wie unterhaltsam. Der Eintritt kostet 4 Euro, vor Ort gibt es bei der Museumsgesellschaft Getränke und Snacks zum Kauf. Tickets sind für beide Filme vorab in der Tourist-Info oder an der Veranstaltungskasse (ab 30 Minuten vor Filmbeginn) erhältlich.

Weitere Informationen gibt es unter www.messkirch.de, bei der Tourist-Information Meßkirch 07575 / 206-1422 oder tourismus@messkirch.de.

Zentrale Überwachungseinheit (IMU) startet: Mehr Sicherheit und Komfort für ambulante Patient:innen

Neue zentrale Überwachungseinheit im SRH Klinikum Sigmaringen bündelt Abläufe, verkürzt Wege und sorgt für eine lückenlose Betreuung vor und nach ambulanten Eingriffen.

Seit Anfang März 2026 erhöht eine neue zentrale Überwachungseinheit die Sicherheit und den Komfort ambulanter Patient:innen im SRH Klinikum Sigmaringen: Die Klinik eröffnet die IMU-Station (Interventionelle Monitoring Unit) im ehemaligen Labor im 1. Obergeschoss des Bestandsbaus. Die ärztliche Leitung der neuen IMU-Station liegt bei Dr. med. Carl-Michail Ziegler, Leitender Oberarzt der Medizinischen Klinik.

Alles an einem Ort:

Vorbereitung, Untersuchung, Überwachung

In der IMU werden Patient:innen vor und nach ambulanten Untersuchungen überwacht, bei denen eine Narkose oder Sedierung erforderlich ist. Ziel ist es, sie lückenlos zu begleiten – von der Vorbereitung über die Untersuchung bis zur sicheren Entlassung nach Hause. So lassen sich Risiken früh erkennen, Komplikationen vermeiden und Wartezeiten erheblich verkürzen.

Monitorbetten für narkosepflichtige Patient:innen

Die IMU verfügt über einen Überwachungsbereich mit 7 Betten, der speziell auf Patient:innen nach Narkose ausgerichtet ist. Hier werden Vitalparameter kontinuierlich kontrolliert, sodass das Team bei Veränderungen schnell reagieren kann. Ergänzt wird der Bereich durch einen Arbeitsplatz für Pflegekräfte, ein Sekretariat sowie Umkleiden.

Kurze Wege zu Endoskopie, Sonografie und Echo

Die IMU ist als zentrale Monitoring-Einheit für die Funktionsbereiche Sonografie, Endoskopie, EKG, Lungenfunktion, Echokardiographie und perspektivisch Herzkatheter-Untersuchungen geplant. Die Untersuchungsräume liegen in unmittelbarer räumlicher Nähe, so dass Patient:innen kurze Wege haben und Abläufe deutlich effizienter werden. Zu Beginn werden vor allem ambulante Patient:innen der Medizinischen Klinik betreut, im weiteren Ausbau auch stationäre Patient:innen mit Überwachungsbedarf.

Für Patient:innen bedeutet das: zentrale Anmeldung, Untersuchung und Überwachung an einem Ort, nahtloser Übergang von der Vorbereitung in den Untersuchungsraum und zurück, sichere Entlassung nach standardisierten Kriterien sowie in der Regel kürzere Liegezeiten und weniger Wartezeiten.

Bessere Abläufe, mehr Zeit für die Patient:innen

Ein weiterer Vorteil: Befunde können zeitnah erstellt und direkt ausgehändigt werden – etwa über einen QR-Code, der den Zugang zu den Untersuchungsergebnissen ermöglicht. Das erhöht Transparenz und stärkt die Eigenverantwortung der Patient:innen. Durch die Zentralisierung werden personelle Ressourcen gebündelt, Abläufe standardisiert und die gesamte „Patienten Journey“ optimiert – gleichzeitig erfüllt die IMU gesetzliche und fachgesellschaftliche Qualitätsstandards.

Bezirksimkerverein Meßkirch – Jahreshauptversammlung

Der Bezirksimkerverein Meßkirch lädt zur Jahreshauptversammlung 2026 am Sonntag den 29.03.2026 um 14:00 Uhr im Gasthaus zum Adler in Krumbach ein.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Totenehrung
2. Bericht des Vorstandes
3. Tätigkeitsbericht des Schriftführers
4. Kassenbericht
5. Entlastung der gesamten Vorstandschaft
6. Vorschau auf das neue Bienenjahr

Anträge auf Änderungen der Tagesordnung sind spätestens bis 23.03.2026 schriftlich beim 1. Vorstand Christian Vettters (christian.vettters@imker-messkirch.de) einzureichen.

Expedition zu David Bowie: Badische Landesbühne bringt im April mit „Loving the Alien“ fulminanten Liederabend nach Bad Saulgau

Bad Saulgau – David Bowie gilt bis heute als Ausnahmekünstler. Der 2016 im Alter von 69 Jahren verstorbene britische Sänger, Produzent und Schauspieler war ab den 1970ern bis in die 2010er Jahre nicht nur einer der kommerziell weltweit erfolgreichsten Musiker der Rock- und Pop-Geschichte, sondern auch Schöpfer zahlreicher Kunstfiguren als sein Alter Ego. 2022 verwandelte der Regisseur Alexander Schilling für die Badische Landesbühne wichtige Aspekte von Bowies Leben in einen David Bowie-Liederabend, der Bowies fantastische Musik feiert und sein schillerndes Leben szenisch aufblitzen lässt. Das Gastspiel am Sonntag, 12. April 2026 beginnt um 19 Uhr, die Einführung um 18:30 Uhr. Tickets sind an der Infotheke im Rathaus, bei der Tourist-Information, unter reservix.de oder an der Abendkasse erhältlich.

In seiner von der Presse gefeierten Inszenierung nähern sich Schilling und sein Team David Bowie über die Songs an. Los geht das turbulente Stück mit einem in eine Kiesgrube abgestürzten Raumschiff in Nordbaden. Dort beginnt ein bunter Expeditionstrupp aus Schauspielerinnen und Schauspielern sowie Musikern sofort, das Wrack zu erkunden. Anhand der Instrumente, Fotos und Schallplatten erhal-

ten sie Hinweise auf den Kommandanten des geheimnisvollen Flugobjekts und verstehen: David Bowie ist nicht tot, sondern zur Erde zurückgekehrt. Denn sie treffen auf Ziggy Stardust, Major Tom, The Thin White Duke und andere schillernde Gestalten sowie auf einen der großen Sterne unserer Galaxis. Sie werden zu prägnanten Identifikationsfiguren, in denen das Publikum immer mehr über David Bowies 'Leben erfährt: über die Höhepunkte seiner Karriere ebenso wie über die Tiefpunkte, über seine erste Ehe, seine Vaterrolle und seine Zusammenarbeit mit anderen Musikern. Am Ende landen alle immer wieder beim unnahbaren Mythos Bowie, der den Künstler so faszinierend macht.

Starke Beine, sicherer Stand im Leben! – Wie frühzeitige Diagnose Gefäße rettet

Medizin kompakt erklärt! Informationsveranstaltung zur Beingesundheit im SRH-Klinikum Sigmaringen

Mehr als 100 Besucher:innen kamen ins SRH-Klinikum Sigmaringen, um unter dem Motto „Gesunde Gefäße – starke Beine!“ zu erfahren, wie man Durchblutungsstörungen rechtzeitig erkennt und behandelt. Chefärztin der Gefäß- und Endovascularchirurgie, Dr. med. Dolores de Mattia machte mit anschaulichen Beispielen und leicht verständlichen Erklärungen deutlich: „Wer seine Beine bewegt, bewegt etwas für sein ganzes Leben.“

Wenn jeder Schritt zählt

Schmerzen beim Gehen, kalte Füße oder schlecht heilende Wunden – all das können erste Anzeichen einer peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (pAVK) sein, umgangssprachlich auch „Schau-fensterkrankheit“ genannt. „Viele Betroffene wissen lange gar nicht, dass ihre Gefäße verengt sind“, erklärte Dr. de Mattia. Eine rechtzeitige Diagnose kann verhindern, dass aus leichten Beschwerden schwere Durchblutungsstörungen werden.

Moderne Medizin anschaulich erklärt

Mit beeindruckender Klarheit zeigte Dr. de Mattia die verschiedenen Untersuchungsschritte: von der körperlichen Untersuchung über Doppler-Ultraschall und Blutdruckmessungen bis hin zu Bildgebungsverfahren wie CT, MRT oder Angiographie. Die Teilnehmenden erhielten so einen direkten Einblick in die moderne Gefäßmedizin – verständlich erklärt und praxisnah gezeigt.

Kleine Eingriffe, große Wirkung

Auch die Behandlungsmöglichkeiten stellte die Chefärztin bildhaft dar: Ob Gehtraining und Medikamente, Ballondehnung und Stents oder Bypässe und operative Verfahren – entscheidend ist immer, frühzeitig aktiv zu werden. Minimalinvasive Eingriffe lassen sich heute oft ambulant durchführen, betonte sie, und bringen schnell spürbare Verbesserungen.

Fünf einfache Schritte für gesunde Gefäße

- Regelmäßige Bewegung – tägliches Gehen trainiert die Beinarterien.
- Rauchverzicht – die beste Gefäßprävention überhaupt.
- Ausgewogene Ernährung – weniger tierische Fette, mehr Gemüse und Ballaststoffe.
- Warnsignale ernst nehmen – Beinschmerz, Kältegefühl, Wunden beobachten.
- Früherkennung nutzen – regelmäßiger Gefäß-Check ab 65 oder bei Risikofaktoren.

Fazit: Bewusstsein schaffen, bevor es weh tut

Die BLHV-Landsenioren informieren!

Am Dienstag, 14. April 2026 starten die Landsenioren und Landseniorinnen einen Ausflug zusammen mit den Senioren aus Donaueschingen. Die Fahrt geht nach Marbach in das Landesgestüt.

Dort haben wir eine Führung und nehmen im Gestütsgasthof das Mittagessen ein. Danach fahren wir weiter zur Besichtigung der Lichtensteinmühle. Zurück in Donaueschingen sind wir wieder um ca. 18:00 Uhr. Die Kosten ohne Mittagessen sind ca. € 40,00. Bitte beachten: Die Busabfahrt ist um 8:00 Uhr in Donaueschingen an der Außenstelle des Landratsamtes des Schwarzwald-Baar-Kreises (Humboldtstr.11, 78166 Donaueschingen). Wir treffen uns um 6:45 Uhr beim BLHV in Stockach (Seerheinstr. 10, 78333 Stockach), bilden dann Fahrgemeinschaften und fahren nach Donaueschingen. Meldet Euch bis spätestens Mittwoch, 01. April 2026 an bei Ewald Nübel unter Tel. 07771/9199519 oder Armin Zumkeller unter Tel. 07774/7883. Wir freuen uns auf Eure Teilnahme. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Auf einen schönen Ausflug freut sich Euer Landseniorenverband.

Seminare

+++ LernHäppchen: Digital Independence: Wie abhängig sind wir von US-Tech und welche Alternativen gibt es (KI, Cloud, Betriebssysteme)?

Das Seminar zeigt, wie stark wir von US-Tech-Anbietern abhängig sind und welche Folgen das für unsere Daten hat (z. B. durch den US Cloud Act). Es stellt europäische Alternativen zu Diensten wie Cloud, E-Mail oder Office vor und bewertet, wann sich ein Wechsel lohnt. Teilnehmende erhalten eine kurze, praxisnahe Einschätzung, was sie tatsächlich ändern können.

Termin: Montag, 13.04.2026, 17:00 Uhr bis 17:30 Uhr

Dozent: Dominique Saile

Veranstaltungsort: online über Zoom

Mehr Informationen und Anmeldung:

www.innovationscampus-sigmaringen.de

+++ MS Excel und die „Bedingte Formatierung“ (2-tägig) ESF-geförderter Kurs

Dieser Kurs ist ein Fachkurs, Sie erhalten bis zu 70% ESF-Förderung (Europäischer Sozialfonds Plus Baden-Württemberg). Was Sie tun müssen und wie hoch Ihre Förderung ausfällt, lesen Sie auf unserer Homepage. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie die Bedingte Formatierung in Microsoft Excel nutzen können, um Daten visuell hervorzuheben. Mit dieser Funktion können Sie bestimmte Regeln anwenden, die das Format Ihrer Daten automatisch ändern, wodurch Muster und Trends leichter erkennbar werden.

Termine: Dienstag, 14.04.2026 &

Donnerstag, 16.04.2026, 08:30 Uhr bis 12:00 Uhr

Dozent: Maximilian Groß

Veranstaltungsort: Kreismedienzentrum Sigmaringen

Mehr Informationen und Anmeldung:

www.innovationscampus-sigmaringen.de

+++ Markenbildung und Brandmanagement

Eine klare Markenidentität ist ein entscheidender Erfolgsfaktor – für Einzelunternehmer, kleine und mittlere Betriebe ebenso wie für größere Unternehmen. In diesem 3-Stunden-Seminar lernen Sie, welchen Nutzen eine starke Marke für Anbieter und Konsumenten hat, welche zentralen Entscheidungsfelder es im Markenmanagement gibt und wie Sie Ihre Marke gezielt entwickeln oder schärfen.

Termin: Freitag, 24.04.2026, 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Dozent: Prof. Dr. Martin Haupt (Professor für Marketing an der Fakultät Business Science & Management der Hochschule Albstadt-Sigmaringen)

Veranstaltungsort: Innovationscampus Sigmaringen

Mehr Informationen und Anmeldung:

www.innovationscampus-sigmaringen.de

Neues Trimester im Bildungszentrum Gorheim beginnt nach Ostern – melden Sie sich jetzt an!!!

Seit über 700 Jahren ist das Kloster Gorheim ein Ort der Begegnung, des Nachdenkens und des gemeinsamen Lebens. Früher trafen sich hier fromme Frauen, Jesuiten und Franziskaner – heute ist das Bildungszentrum ein lebendiger Ort für Menschen jeden Alters.

Bei uns finden Kinder und Jugendliche in der Jugendkunstschule Raum für Kreativität, junge Menschen lernen Deutsch für ihre neue Heimat. Von Abendmeditation bis Zumba – unser Angebot ist so vielfältig wie die Menschen, die zu uns kommen. Ob Sie Ihre Grenzen im Chinesischkurs spüren oder beim Yoga neue Energie tanken: Bei uns geht es um Bewegung – im Kopf und im Körper.

Wonach steht Ihnen der Sinn? Entscheiden Sie nach Lust und Laune – aber melden Sie sich bald an, denn viele Kurse sind schnell ausgebucht – denn wir setzen auf überschaubare Gruppen, wo man netten Menschen kennenlernt, mit erfahrenen und sympathischen Dozenten, in gut ausgestatteten Räumen, mit moderner Unterrichtstechnologie!

Seien Sie dabei oder probieren Sie es einfach mal aus, denn der erste Termin ist ein unverbindlicher Schnuppertag. Sie müssen sich nur anmelden - dann können Sie sich vor dem zweiten Mal abmelden.

Oder verschenken Sie Lebensfreude an einen lieben Menschen mit einem Gutschein für einen Kurs, da wo man weiß, wie Erwachsenenbildung funktioniert.

Sie brauchen übrigens kein Auto um zu uns zu kommen, der Stadtbus hält vor der Tür.

Und in den Osterferien, gibt's ein buntes Ferienprogramm.

Alle Kurse und Anmeldung über www.bildungszentrum-gorheim.de Telefonisch (07571 – 1843020) oder persönlich jeden Vormittag von 9-12:30 Uhr. Wir beraten Sie gerne!!!

ENDE DES REDAKTIONELLEN TEILS

Immer in
Ihrer Nähe

**Taxi-Service
Strobel**

Inh. Alexander Fischer
Mengen-Rulfingen

- Fahrten zur Dialyse
 - Krankentransporte • Bestrahlungsfahrten
 - Flughafenzubringer
- Eil- und Kurierdienst im In- und Ausland bei Tag und Nacht.

Tel. 0 75 72 / 67 27

Der kommt wie gerufen.

Damit bricht sich niemand
einen Zacken aus der Krone

Die Bestattungsvorsorge – nehmen
Sie das Zepter selbst in die Hand.



Das Original im Naturpark Obere Donau
Bestattungshaus Werner & Hilde Bär

www.baer-bestattungen.de

In den Burgwiesen 10
72488 Sigmaringen

☎ **07571-2565**

In schweren Stunden ist es gut einen verlässlichen Partner zu haben

Roth
BESTATTUNGEN

Wir erledigen für Sie alle Formalitäten und Behördengänge und sind rund um die Uhr vor Ort erreichbar.

Bestattungsunternehmen

Gerd Roth Ostrach Krauchenwies
Altshausenstr. 28 Hauptstraße 22
Tel 07585 934230 Tel 07576 9609693

Vergabe Baugrundstück in Krauchenwies

Die Pfarrpfündestiftung der Erzdiözese Freiburg vergibt auf der Gemarkung Krauchenwies das neu gebildete Baugrundstück **Flst.-Nr. 36/8 mit 1.394 m² (Habsthaler Straße) im Wege des Erbbaurechts**. Der monatliche Erbbauzins (wertgesichert) beträgt **250,00 €**.

Gemäß den in der Erzdiözese Freiburg geltenden Richtlinien erhalten Erbbauberechtigte mit minderjährigen Kindern, für die Anlaufzeit des Erbbaurechts von **sieben Jahren** eine **Erbbauzinsermäßigung** um bis zu 20 % je Kind (längstens bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres), insgesamt jedoch höchstens um bis zu 80 %, sofern das Erbbaurecht eigenen Wohnzwecken dient und die Kinder im Haushalt der Erbbauberechtigten leben.

Dies wäre bei z.B. zwei minderjährigen Kindern eine monatliche Ermäßigung in Höhe von **100,00 €** auf einen monatlichen Erbbauzins von **150,00 €**.

Bitte richten Sie Ihre aussagekräftige Bewerbung bis zum **31.5.2026** an das

Erzb. Ordinariat Freiburg, - Stiftungen der Erzdiözese Freiburg -
Herrn F. Maier, Schoferstraße 2, 79098 Freiburg i. Br.

Weitere Auskünfte und Informationen erhalten Sie unter
Tel.-Nr. 0761/2188-909 und per E-Mail an
friedbert.maier@ordinariat-freiburg.de

Immobilien

- ✓ Bewertung
- ✓ Verkauf
- ✓ Vermietung

Wolfgang Sodenkamp

Diplom-Sachverständiger (DIA)
Immobilienbewertung
zertifiziert nach DIN EN 15733
für Maklerdienstleistungen

07576/960577

www.wolfgang-sodenkamp.de



SCHNEIDER

best wood **SCHNEIDER**

INSIDE

Dein Blick hinter die Kulissen

Deine Chance für einen unverbindlichen Einblick als Maschinenbediener:in!

Do. 26. März 2026 von 17 - ca. 19 Uhr
Industriepark 16 | 88605 Meßkirch

Jetzt Platz sichern und anmelden:
www.schneider-holz.com/schneider-inside
oder QR-Code scannen.
Oder telefonisch 07575 92179 8066

Edelmetall-Ankauf

Gold - Silber - Zinn - Versilbertes - Militaria

Fa. Droste - Hauptstr. 75 - 88512 Mengen
Tel. 0160 / 913 78 671

Dienstag & Donnerstag:

10.00 - 12.30 Uhr & 14.30 - 17.00 Uhr



Wir suchen laufend Immobilien zum Kauf

-> für unsere Kunden ein **freistehendes Einfamilienhaus** (auch älteres Baujahr) mit kleinem Garten & Garage.
Alles bequem aus einer Hand und schnelle Abwicklung

Sie wissen nicht ob Sie verkaufen möchten?

Unsere Mitarbeiter beraten & helfen Ihnen gerne!

Rufen Sie an, wir freuen uns auf Sie **Tel. 07376 960-0**



IMMOBILIENHAUS
für Baden-Württemberg seit 1977
www.biv.de

Hauptstraße 89
88515 Langenenslingen
Info@biv.de



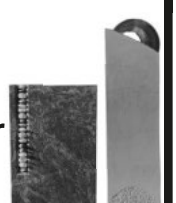
Waibel & Sohn GmbH / Max-Eyth-Str. 6 / 72505 Krauchenwies

07576/962115 www.waibel-natursteine.de

**Individuelle Grabsteine
gestaltet aus Meisterhand**

Frühlings-
aktion

**Grabsteine aus dem Lager
- jetzt rabattiert!**





WIR WACHSEN WEITER! WERDEN SIE TEIL DES SCHLÖSSER-TEAMS!

Unsere aktuellen Stellenangebote:

- Maschinenbediener/-einrichter (m/w/d)
- Konstrukteur Werkzeugbau (m/w/d)
- Kaufmännischer Mitarbeiter in Vollzeit (m/w/d)
- Einkäufer (m/w/d)
- Aushilfen/Ferienarbeiter (m/w/d)

Informationen zu den einzelnen Stellen finden Sie auf unserer Karriereseite.

Bewerbung auch per
WhatsApp möglich



SCHLÖSSER GMBH & CO. KG
Carl-Schlösser-Str. 1 | 88512 Mengen
schloesser-dichtungen.de/karriere



DEIN IDEALER BERUFSEINSTIEG AUSBILDUNG UND STUDIUM BEI SCHLÖSSER

Zum **Ausbildungsbeginn 2026** haben wir zahlreiche Ausbildungs- und duale Studienangebote mit erstklassigen Zukunftsperspektiven.

Neben einer hervorragenden Ausbildungsqualität erwarten dich weitere unschlagbare Benefits, z. B.

- + **WEITERBILDUNGSBUDGET BIS ZU 3.000 Euro**
- + **FAHRTKOSTENZUSCHUSS**
- + **ABSCHLUSSPRÄMIE BIS ZU 1.000 Euro**

Alle Informationen und Details findest du auf unserer Ausbildungsseite. **SCHAU DOCH MAL REIN!**

Link eingeben oder Code scannen!
schloesser-dichtungen.de/ausbildung



Vollzeit / Teilzeit Sigmaringen ab sofort

HOKUBEMA Maschinenbau GmbH

WIR SUCHEN IM VERKAUF & SERVICE ... MITARBEITER FÜR VERKAUF / AUFTRAGSBEARBEITUNG (m/w/d)

IHRE AUFGABEN

- Bearbeitung von Kundenanfragen und Angeboten
- Abwicklung von Aufträgen bis zum Versand

IHR PROFIL

- Abgeschlossene kaufmännische Ausbildung oder technische Meisterausbildung
- Sicherer Umgang mit gängigen Arbeits- und Kommunikationsmitteln
- Erfahrung mit Lexware von Vorteil

WIR BIETEN

- Anspruchsvolle und abwechslungsreiche Aufgabengebiete
- Moderne Arbeits- und Kommunikationsmittel
- Eigenverantwortliches Arbeiten
- Leistungsgerechte Vergütung
- Umfassende Einarbeitung

VERSTÄRKEN SIE
UNSER TEAM!

INTERESSIERT?

JETZT BEWERBEN



r.beck@hokubema-panhans.de

HOKUBEMA Maschinenbau GmbH
Industriegebiet Graf-Staufenberg | Elsa Neumannstraße Halle 120 | 72488 Sigmaringen

Wir suchen

Technischer Kaufmann/-frau m/w/d

Zu Ihren neuen Aufgaben gehören telefonische Beratung, Erstellung von Angeboten, Auftragsbearbeitung und die kompetente Betreuung unserer Kunden und Außendienstmitarbeiter.

Sie haben eine abgeschlossene kaufmännische Berufsausbildung und ein ausgeprägtes technisches Verständnis.

Mehrere Jahre Berufserfahrung haben Ihre Vertriebsorientierung, Ihre Belastbarkeit und Ihr Durchsetzungsvermögen gestärkt.

Ihre schriftliche Bewerbung senden Sie bitte an Herrn Bernhard Grimm (b.grimm@pfullendorfer.de).



Pfullendorfer Tor-Systeme GmbH & Co. KG
Kipptorstr. 1-3 | 88630 Pfullendorf
Telefon 07552 260240
www.pfullendorfer.de

Deutsches Rotes Kreuz

Unsere Alternative zum Pflegeheim

Seniorenwohngemeinschaft in Meßkirch. In Gemeinschaft leben mit Pflege nach Maß.

DRK Sigmaringen Soziale Dienste gGmbH
Haus am Stachus. Tel. 07571 74 23-0
www.drk-sigmaringen.de

Tag der offenen Tür

Sonntag, 22. März 2026 | 11:00 – 17:00 Uhr
in Hohentengen

**SAVE
THE
DATE!**

Keine Beratung, kein Verkauf.

88367 Hohentengen · Flurstraße 16
www.kern-rollladen-sonnenschutz.de

Achtung, Familienbetrieb kauft

Pelze, Bleikristall, Teppiche, Krokotaschen, D.-Taschen, Abendgarderobe, Armbanduhren, Wanduhren, Bilder, Vorwerk-Staubsauger, Musikinstrumente, alte Möbel, Nähmaschinen und Schreibmaschinen, Tafelsilber, Goldschmuck, Modeschmuck jeglicher Art, Münzen.

Komme vor Ort, zahle in bar. Familienbetrieb seit 1985, Herr Gert,

Tel. 0178 465 82 40



Wir sind ein mittelständisches Unternehmen das sich auf die Bereiche Drehen und Fräsen spezialisiert hat. Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort eine/n

- ▶ **Zerspanungsmechaniker (m/w/d)**
Fachrichtung Drehen für Fanuc-/Siemenssteuerung
1-Schicht, optional 2-Schicht
- ▶ **CNC-Dreher (m/w/d)**
für Fanuc-/Siemenssteuerung
1-Schicht, optional 2-Schicht
- ▶ **CNC-Maschineneinrichter/-rüster/-programmierer (m/w/d)**
für Drehautomaten Kurz-/Langdreher
1-Schicht, optional 2-Schicht
- ▶ **Mitarbeiter für unsere Qualitätssicherung (m/w/d)**

Wir legen großen Wert auf eine offene Unternehmenskultur und fördern kreatives Denken sowie Eigeninitiative. Bei uns haben Sie die Möglichkeit, Ihre Fähigkeiten in einem modernen, zukunftsorientierten Umfeld einzubringen und weiter auszubauen.

Weitere Informationen und die detaillierten Stellenbeschreibungen finden Sie auf unserer Homepage: www.fritz-praezision.de

Fühlen Sie sich angesprochen und haben Sie Lust, mit uns was zu bewegen? Dann freuen wir uns auf Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen an:

Fritz Präzisionstechnik GmbH, Raiffeisenstr. 7, 88637 Buchheim
oder per E-Mail an: bewerbungen@fritz-praezision.de

NEUERÖFFNUNG



ZAHNARZTPRAXIS MANUEL OSWALD

Ab 7. April 2026 praktiziere ich als Zahnarzt in meiner Praxis in der **Karlstraße 7 in Sigmaringen**. Ich biete moderne Zahnmedizin mit dem Fokus auf Zahnerhaltung für Erwachsene, Kinder und Familien. **Neue Patientinnen und Patienten sind herzlich willkommen.**

Terminvereinbarung und Infos:
Mo – Do von 9:00 bis 12:00 Uhr

TELEFON 07571 13206

www.oswald.dental



www.primo-stockach.de



Wohnen für
Senioren

EH40 mit QNG

Wohnen an der Römerstraße

Seniorenwohnen in Inzickhofen

BARRIEREFREIE NEUBAU-EIGENTUMSWOHNUNGEN

- ◆ Vom 1-Zi.-Apartment in der Senioren-Wohngemeinschaft bis zur 3-Zi.-Penthouse-Wohnung
- ◆ In jedem Gebäude mit dem Aufzug aus der Tiefgarage in alle Geschosse
- ◆ Zwei Tiefgaragen mit breiten Stellplätzen
- ◆ Umfangreiche Pflege- und Service-Dienstleistungen möglich

Wir sind Sonntags von 11 bis 13 Uhr vor Ort!

BERATUNG UND PROVISIONSFREIER VERKAUF



T +49 7551 8315768

M +49 176 1015 9260

katja@von-einem-koenig.de

Gleich
mehr Infos
anfordern!

IN KOOPERATION MIT



T +49 761 73553

info@drstange-freiburg.de

www.drstange-freiburg.de

Ein Projekt von:





ILONA BOOS

Ihre Stimme für die Heimat

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
herzlichen Dank für Ihre Stimme und das mir entgegenbrachte Vertrauen. Das großartige Ergebnis von 43,1 Prozent der Erststimmen erfüllt mich mit großer Dankbarkeit und ist zugleich Ansporn und Verpflichtung für die kommenden Aufgaben. Ich freue mich sehr, dass ich den Wahlkreis Sigmaringen künftig im Landtag vertreten darf und werde mich mit ganzer Kraft und vollem Engagement für die Menschen in unserer Region einsetzen.

Vielen Dank für Ihr Vertrauen.
Herzlichst Ihre

Ilona Boos



WEITERE INFORMATIONEN ZUR
POLITISCHEN ANZEIGE
SPONSOR: CDU KV Sigmaringen
V.i.S.d.P.: CDU KV Sigmaringen
Karlstraße 28 • 72488 Sigmaringen

www.ilonaboos.de
f @ ilonaboos

POLITISCHE ANZEIGE

Diese Veröffentlichung ist politische Werbung im Sinne der EU-Verordnung (EU) 2024/900.
Auftraggeber: CDU Kreisverband Sigmaringen
Sponsor: CDU Kreisverband Sigmaringen
Die Anzeige steht im Zusammenhang mit der Landtagswahl Baden-Württemberg vom 8. März 2026.



HAUSTECHNIK DREHER



- Modernste Heiztechnik
- Sanitäre Anlagen
- Badsanierung
- Solar
- Kundendienst

88605 Meßkirch
Tel. 07575/9278690

www.haustechnik-dreher.de
info@haustechnik-dreher.de

Klavierstimmer Jacobi • Reparatur u. Verkauf

Tel. 07551 9 455 031 • 0170 81 58 400 • www.klavierbau-jacobi.de



Immobilien verkaufen ist einfach.

Wenn man für den Immobilienverkauf einen Partner hat, der von der Immobilienbewertung bis zur Verkaufsabwicklung an alles denkt.

Jetzt Beratungstermin vereinbaren:
07571 / 103 - 1309
immobilien@ksk-sigmaringen.de

Landesbank
Kreissparkasse



Küchen die begeistern

Planung Nur nach Ihren Wünschen!
Preiswert Sie werden begeistert sein!
erfekt Küchen die Freude machen!

**Küchen
Heider**

72516 Scheer Im Ober 20 - An der B 32

Premium - Küchen - Qualität
Beratung und Planung
Lieferung und Montage
durch unseren
Schreiner-Meisterbetrieb

VERKAUFS OFFENER SONNTAG

BAD SAULGAU

22. März 2026
12 - 17 Uhr



KWB KÜCHEN

13 - 16 Uhr
LIVE-COOKING

Miele thermomix

Paradiesstraße 27 • 07581 2276 • badsaulgau@kwb-kuechen.de

kwb-kuechen.de