

bad bellingen im markgräflerland

wo erholung zum erlebnis wird



Ortsteil Bad Bellingen



Bad Bellingen

Herausgeber: Bürgermeisteramt Bad Bellingen · Verantwortlich für den amtlichen Teil: Bürgermeister Dr. Carsten Vogelpohl, Telefon 07635 8119-0, Fax 07635 8119-39. Die Gemeinde behält sich als Herausgeberin die Nichtveröffentlichung von nichtamtlichen Beiträgen oder deren Kürzung vor. Verantwortlich für den Druck, Verlag und Anzeigenteil: Druckerei Aug. Schmidt, Inh. B. Schmidt, Müllheim, Telefon 07631 2770, Fax 07631 2753, E-Mail: druckerei-schmidt@gmx.de M 21 498 C



Ortsteil Rheinweiler



Ortsteil Bamlach



Ortsteil Hertingen

Märchenhaft weihnachtliches Bad Bellingen

Samstag, 30. 11. 2019, ab 16.30 Uhr:
Eröffnung zauberhaftes Märchen- und Weihnachtsdorf
Rathausplatz Bad Bellingen

Um 17.00 Uhr besuchen uns die „Harley-Nikoläuse“ und haben kleine Überraschungen für die Kinder im Gepäck.

Nach monatelanger Restauration erstrahlen die Märchenfiguren wieder in neuem Glanz. Zusätzlich gibt es in diesem Jahr 7 neue Figuren-Themen. Das ist Grund, und mit allen Bürgern, Gästen und Freunden zu feiern. Es gibt wieder Glühwein, für die „Kleinen“ Kinderpunsch, dazu selbstgebackene weihnachtliche Leckereien. Wie in den letzten Jahren ist alles kostenlos. Spenden, welche wir ausschließlich für Restauration, weitere Figuren und Dekomaterialien verwenden, werden gerne und dankend entgegen genommen. Wir freuen uns über Euer Kommen.

Das „märchenhafte Team“ und  BAD BELLINGEN BEWEGT 

DESIGN: E. WEISENBEEL SIGNALGELB SATZSTUDIO

Notrufe:

- **Feuerwehr und DRK-Rettungsdienst, Tel. 112**
- **Polizei Notruf, Tel. 110**
Polizeiposten Markgräflerland Kandern,
Tel. 07626 97780-0
- **DRK-Service-Zentrale 07631 1805-0 (24 h besetzt)**
- **Häuslicher Pflegedienst und DRK-Tagespflege**
07631 1805-32
- **Giftnotruf (Uni Freiburg 24 h) Tel. 0761 1924-0**
- **Notfalldienst Gaswerk Tel. 07621 40230**
- **Strom (ED Netze GmbH) Tel. 07623 921818**
- **Wasserversorgung, Tel. 0173 3424982**
- **Abwasserbeseitigung, Tel. 07635 822143**
- **Erdgas (badenova) Tel. 0800 2767767**

Bereitschaftsdienst der Ärzte:

Die Haus- und Kinderärzte sind von Montag bis Freitag über ihre Praxen zu erreichen: Montag, Dienstag, Donnerstag von 8.00 Uhr bis 18.00 Uhr, Mittwoch und Freitag von 8.00 Uhr bis 16.00 Uhr. Zu den übrigen Zeiten nachts und am Wochenende sind die Notfalldienste erreichbar.

Hausärztlicher Notfalldienst 116 117.

Zahnärztlicher Notfalldienst, Tel. 01803 222555-40.

Kinderärztlicher Notfalldienst, Tel. 0180 6076211,

Augenärztlicher Notfalldienst, Tel. 0180 6076212

HERZLICHE EINLADUNG!

zum

Adventsnachmittag

Besinnung, Kaffee & Kuchen,
Geselligkeit, Unterhaltung durch die
„munteren Hallodris“ mit Erwin
Bornemann

**Sonntag, 01. Dezember****14.00 Uhr****Albert-Schweitzer-Haus**

Bad Bellingen, Im Mittelgrund 3

Wir bitten herzlich um Kuchenspenden!

SCHWARZWALD
DORF
urlaub
Herzlichen Glanz.

An jedem Adventssonntag findet ab 17.00 Uhr ein gemütlicher Umtrunk an einem der geschmückten Brunnen statt.

unser
tipp
Am 08.12. ab 15.00 Uhr findet im Galerie Café ein Weihnachtsmarkt statt.

Adventsbrunnen Bamlach

1.12. Storchbrunnen	15.12. Sinnibrunnen
8.12. Blumenbrunnen	22.12. Salzbrunnen

www.bad-bellingen.de

Weihnachtsfeier Senioren Gemeinde Bad Bellingen

Am **Freitag, 13. Dezember 2019** ist die Weihnachtsfeier für die Senioren der Gemeinde Bad Bellingen. Bei Kaffee und Kuchen verbringen wir einen gemütlichen Nachmittag mit anschließender Gelegenheit zum Vespere.

Wir treffen uns ab 14.00 Uhr im Restaurant Luginsland in Bamlach.

Ende ca.18.00 Uhr.

Anmeldung bitte unbedingt über das Rathaus Bad Bellingen

Tel. 81190 oder 8119-22

Für Kuchenspenden wären wir sehr dankbar.

Gemeinde Bad Bellingen Monika Morath

Amtliche Mitteilungen

Bürgermeisteramt Bad Bellingen

-B a u a u s s c h u s s-

Einladung zur öffentlichen Sitzung des Bauausschusses **am Montag, 9. Dezember 2019 um 18.40 Uhr im Sitzungssaal des Rathauses Bad Bellingen**

Tagesordnung:

1. Bauantrag zum Neubau eines Doppelcarports, Flst.-Nr. 4881, Petit-Landau-Str. 26, Gemarkung Bellingen.
2. Bauantrag zur Erweiterung des bestehenden Wohnhauses, Flst.-Nr. 1040/1, Am Lielberg 6, Gemarkung Hertingen.
3. Kennntnisgabeverfahren zum Neubau eines Einfamilienhauses mit Doppelgarage, Flst.-Nr. 4891, Petit-Landau-Str. 46, Gemarkung Bellingen.
4. Bauantrag zur Errichtung einer Bienengerätehütte, Flst.-Nr. 1000, Gewinn Spenler, Gemarkung Bellingen.
5. Bauantrag zur Nutzungsänderung Wohnung in Billardsalon, Flst.-Nr. 4238/68, Tullastraße 3, Gemarkung Bellingen.
6. Verschiedenes
Bürgermeisteramt

Öffentliche Gemeinderatssitzung

Am **Montag, 9. Dezember 2019** findet abends **um 19.00 Uhr** im **Sitzungssaal im Rathaus Bad Bellingen** eine öffentliche Gemeinderatssitzung statt mit folgender Tagesordnung:

1. Fragen der Zuhörer
-allgemein und zur Tagesordnung-
2. Bekanntgabe der Beschlüsse der letzten nichtöffentlichen Sitzung
3. Beratung und Beschlussfassung über den Forstbetriebsplan 2020
4. Beratung und Beschlussfassung über den Einbau einer Schmutzfangzelle im Kanalnetz Rheinweiler
5. Beratung und Beschlussfassung über die Bewerbung um die Ausrichtung einer Gartenschau in den Jahren 2031 bis 2035
6. Beratung und Beschlussfassung über die Vergabe der Tief- und Rohbauarbeiten für die Halle Bamlach
7. Beratung und Beschlussfassung über die Teilnahme an der 19. Bündelausschreibung 2021 bis 2023 für den kommunalen Strombedarf
8. Beratung und Beschlussfassung über die Ausstattung der Wasserversorgung mit Eigenkapital
9. Information zum geänderten Lärmschutz für das Baugebiet „Weingarten“ in Rheinweiler
10. Mögliche Baugebiete in Bad Bellingen;
Aufstellungsbeschlüsse für
 - a) „Rheinstraße Nord“ in Bad Bellingen
 - b) „Lettenbuck Süd“ in Bad Bellingen
 - c) „Rheinstraße Süd“ in Bad Bellingen
 - d) „Hinter der Kirche“ in Hertingen
11. Verschiedenes

Zu dieser Sitzung ergeht freundliche Einladung. Im Anschluss daran berät der Gemeinderat noch in nichtöffentlicher Sitzung.

Redaktioneller Teil

Die nächsten Sammeltermine:

Grünschnittsammelstelle:

Samstag, 7. Dez. 2019 zwischen 14.00 und 16.00 Uhr.

Wertstoff-Container:

Werktäglich von 7.00 bis 13.00 Uhr und 15.00 bis 20.00 Uhr.
Bitte Nachtzeit und Mittagsruhezeit von 13.00 bis 14.00 Uhr einhalten.

Papier-Station in Bad Bellingen:

Jeden Samstag in der Zeit von 10.00 bis 12.00 Uhr beim Bauhof der Gemeinde Bad Bellingen. *Gemeindeverwaltung*

Märchenhaft weihnachtliches Bad Bellingen

Bad Bellingen verwandelt sich wieder in ein zauberhaftes Märchen- und Weihnachtsdorf. In den vergangenen Monaten haben die Kreativen Frauen unter Leitung von Ilke Weisenseel beliebte Motive restauriert und zahlreiche neue Figuren geschaffen, mit denen sie nun gemeinsam mit dem Gewerbeverein BBB – Bad Bellingen Bewegt und dem Bauhof Rheinstraße, Rathaus, Schlosspark und Rheintreppe schmücken. Die Gemeinde dankt allen ehrenamtlichen Kräften ganz herzlich für ihren Einsatz. **Die Eröffnung ist am kommenden Samstag, 30. November 2019 um 16.30 Uhr am Rathaus.**





Weihnachtlich geschmückte Brunnen in Bamlach

Bamlacher Bürger schmücken unter der Leitung von „Schwarzwald Dorfurlaub“, Frau Morath, ihre Brunnen weihnachtlich. An jedem Adventssonntag findet ab 17.00 Uhr ein gemütlicher Umtrunk an einem der geschmückten Brunnen statt.

1. Dezember Storchbrunnen, 8. Dezember Blumenbrunnen, 15. Dezember Sinnibrunnen, 22. Dezember Salzbrunnen.

Bürgermeister Vogelpohl dankt allen, die sich an dieser neuen Aktion zur Verschönerung des Ortsbildes beteiligen.

Fundkatze

In Bamlach ist ein silbergrau/schwarz getigelter kastrierter Kater zugelaufen. Die Chip Nummer lautet: 27 60 956 100 837 66. Der Besitzer dieses Katers soll sich bitte auf dem Rathaus bei Frau Dörflinger, Tel: 07635/811929, melden.

Abfallwirtschaft Landkreis Lörrach

**Ab 2020 Sperrmüll und Altholz auf Abruf
Anmeldung für 2020 bereits ab Dezember 2019 möglich**

Zum Januar 2020 wird im Landkreis Lörrach Sperrmüll und Altholz auf Abruf eingeführt. Das Abrufsystem ersetzt damit die bisherigen jährlichen Straßensammlungen. Alle für das Jahr 2019 veröffentlichten Straßensammlungen für Sperrmüll und Altholz finden noch statt. Anmeldungen für 2020 sind ab Dezember 2019 bei dem Eigenbetrieb Abfallwirtschaft telefonisch, per Post, Mail oder online unter der Rubrik Service möglich. Pro Abfallfraktion und Kalenderjahr ist eine Abholung bis maximal 2 m³ kostenfrei. Jede weitere Abholung kostet 30 Euro.

Zusätzlich zum Abrufsystem können Sie weiterhin Ihren Sperrmüll sowie Ihr Altholz (nur aus dem Innenbereich) gemäß den Annahmebedingungen (max. 2 m³) und während der Öffnungszeiten auf den Recyclinghöfen (außer Rümmlingen) kostenfrei abgeben.

Welche Vorteile bringt Sperrmüll & Altholz auf Abruf?

Mit dem Abrufsystem geht eine höhere Flexibilität einher: statt dem bisherigen festen jährlichen Straßensammlungstermin, erhalten Sie nach erfolgreicher Anmeldung innerhalb von drei Monaten Ihren persönlichen Abholungstermin. Durch die Planung der Abholungen nach Anmeldung werden die Qualität der bereit gestellten Abfälle erhöht und das Absammeln vor der Abfuhr verringert. Damit gehören die unschönen zerwühlten Haufen weitestgehend der Vergangenheit an.

Weitere Informationen finden Sie online unter www.abfallwirtschaft-loerrach-landkreis.de. Darüber hinaus erhält jeder Haushalt Anfang Dezember mit dem Versand des Abfallkalenders 2020 einen Infolyer mit den wichtigsten Informationen zu dem neuen Abrufsystem.

Ab Dezember 2019 Abgabe von Hartkunststoffen auf dem Recyclinghof Schopfheim möglich

Ab dem 1. Dezember 2019 dürfen auf dem Recyclinghof in Schopfheim Hartkunststoffe abgegeben werden. In die Kategorie Hartkunststoffe fallen beispielsweise Blumentöpfe sowie Kästen, Eimer, Gießkannen, Kinderspielzeug (ohne Elektrik), Kleiderbügel und Körbe. Eine Liste, auch solcher Kunststoffe, die nicht abgegeben werden dürfen, findet sich unter. Bisher mussten solche Hartkunststoffe, bei denen es sich nicht um Verpackungen handelt, je nach Größe über die Restmülltonne, einen offiziellen Blauen Abfallsack oder als Sperrmüll entsorgt werden. Dabei handelt es sich bei Hartkunststoffen um Wertstoffe, die für die energetische Verwertung, sprich Verbrennung, zu schade sind. Um diese nun einer optimalen Verwertung zuführen zu können, möchte der Eigenbetrieb Abfallwirtschaft mit diesem Pilotprojekt Erfahrungen hinsichtlich der Erfassung dieser Hartkunststoffe sammeln.

Schlerhafte Post vom Stromanbieter?

Energieanbieter verschicken wieder Preiserhöhungs-Schreiben

Um die Jahreswende erhöhen viele Stromversorger ihre Preise und kündigen dies per Post an. Dass diese Schreiben häufig intransparent sind und der wahre Grund – nämlich die Preiserhöhung – oft verschleiert wird, hat die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg in einer Marktbeobachtung bereits im Mai 2019 festgestellt. Auch in diesem Jahr sammelt sie deshalb wieder Preiserhöhungs-Schreiben. Eigentlich ist alles gesetzlich geregelt: Stromanbieter müssen sechs Wochen vorher transparent und verständlich über Preiserhöhungen informieren. Auch der Hinweis auf das Sonderkündigungsrecht darf nicht fehlen. Denn Verbraucher dürfen bei steigenden Preisen den Liefervertrag fristlos kündigen und zu einem günstigeren Anbieter wechseln. Doch die gesetzlichen Vorgaben reichen nicht aus und bieten Schlupflöcher für nebulöse Kundeninformationen.

Preiserhöhungs-Schreiben oft unzulänglich

Bereits im Mai 2019 informierte die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg nach etlichen Verbraucherbeschwerden über die Verschleierungs-Post zahlreicher Energieversorger. Dabei hatte sie die Schreiben von 31 Stromanbietern in Baden-Württemberg analysiert und hinsichtlich Transparenz, Verständlichkeit und gesetzlicher Konformität überprüft. Beispielsweise hatte keiner der Anbieter in der Betreffzeile klar kommuniziert, dass es in dem Schreiben um eine Preiserhöhung ging.

Verbraucherzentrale sammelt Schreiben

Verbraucherinnen und Verbraucher können ihre Preiserhöhungsschreiben an die Verbraucherzentrale schicken. Entweder per Mail an beschwerde@vz-bw.de oder per Post an die Paulinenstraße 47 in 70178 Stuttgart, Betreff jeweils „Strompreiserhöhung“.

Sonderkündigungsrecht bei Preiserhöhungen

Erhöht der Stromanbieter den Preis, haben Verbraucher ein Sonderkündigungsrecht. Das Kündigungsschreiben muss spätestens einen Tag vor dem Wirksamwerden der Preiserhöhung

beim bisherigen Versorger eingehen. Kündigt der Versorger die Erhöhung auf den 1. Januar 2020 an, muss das Kündigungsschreiben spätestens am 31. Dezember 2019 dem bisherigen Versorger zugehen. „Ein Energieversorger, der Vertragsänderungen vornimmt, wie eine Preiserhöhung oder die Änderung der AGBs, ist per Gesetz verpflichtet, im Änderungsschreiben deutlich und transparent auf das Sonderkündigungsrecht hinzuweisen. Tut er dies nicht, ist die Erhöhung nichtig“, erklärt Matthias Bauer von der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg.

Informationen der Verbraucherzentrale rund um den Anbieterwechsel

- Sonderkündigungsrecht bei Preiserhöhungen: <https://www.vz-bw.de/node/31909>
- So funktioniert der Anbieterwechsel: <https://www.vz-bw.de/node/10645>
- Podcast: <https://www.vz-bw.de/node/37032>
- Kostenloses Webinar „Stromanbieterwechsel – so geht’s“ am 28.11.2019: <https://www.vz-bw.de/node/38394>

Die ambulante Hospizgruppe Kandern sucht ehrenamtliche Hospizbegleiter/innen

Seit mehr als 20 Jahren begleitet die ambulante Hospizgruppe Kandern Schwerkranke, Sterbende und deren Angehörige während des letzten Lebensabschnitts. **Wir suchen** interessierte Frauen und Männern, die sich in der Hospizarbeit einbringen möchten. **Der nächste Qualifizierungskurs beginnt im März 2020**; er findet an 4 Wochenenden in Bühl-Neusatzack und in Bühl statt und endet am 1. November 2020.

Sollten Sie Interesse an dieser wertvollen ehrenamtlichen Tätigkeit haben, nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Das Team freut sich über Verstärkung (Kordinatorin) oder 07626 91 41 20.

Veranstaltungen

Einladung der Allgemeinen Blinden- und Sehbehindertenhilfe e.V. (ABSH)

Regionalgruppe Baden/Bad Säckingen

Eine Sehminderung oder gar Erblindung ist im Alltag und bei jedem Tun hinderlich, viel anstrengender wie mit Augenlicht und macht oft ärgerlich. Sie benötigen mehr Konzentration und dadurch Kraft – am Abend ist Ihr Akku leer. Das ist mit scharfem Augenlicht erheblich einfacher (gewesen). Um einen Ausgleich zu schaffen zu mehr Vertrauen und Gelassenheit, Achtsamkeit für sich selbst und andere, ist meditieren eine Alternative. Unsere Referentin Petra Vocat wird beim nächsten Offenen Treffen, **am Samstag, den 7. Dezember 2019 ab 14.00 Uhr im St. Marienhaus, Waldshuter Straße 8, 79713 Bad Säckingen** aufzeigen, wie man selbst in hektischen Tagesabläufen eine Meditation durchführen kann. Meditation kann helfen, Einschränkungen aller Art besser zu akzeptieren oder anzunehmen, nicht immer alles zu bewerten oder zu zensieren, einfach mehr Ruhe und Aufmerksamkeit auf sich in den Vordergrund zu rücken. Zu diesem Thema darf ich Sie herzlich begrüßen. Wenn Sie sich angesprochen fühlen, kommen Sie zu unserem Offenen Treffen. Melden Sie sich bitte vorher bei mir an unter Tel. 07763-3492 oder per E-Mail: Ihre Elke Arzner, Gesundheitspädagogin

Bade- und Kurverwaltung

Zusammen „isst“ man glücklicher

Wöchentlicher Mittagstisch für Genießer. Sie haben keine Lust zu kochen, wollen sich aber auch nicht alleine ins Restaurant setzen? Dann kommen Sie zu unserem gemeinsamen Mittagstisch jeden Freitag in wechselnden Restaurants in Bad Bellingen.

Wir bitten um Ihre Anmeldung im jeweiligen Restaurant.



29.11.2019 Kurhotel Markushof 07635 / 310800

6.12.2019 Kurhotel Markushof 07635 / 31080

13.12.2019 Restaurant Sonnenstück 07635 / 466

Änderungen vorbehalten!

Müll sammeln für ein schönes Bad Bellingen

Seit Juli hat die Bade- und Kurverwaltung Bad Bellingen die Initiative ergriffen und eine regelmäßige Müllsammel-Aktion gestartet. Flaschen, Verpackungen, Zigarettenstummel und vieles mehr, wird unachtsam und ohne Rücksicht auf andere Gäste liegen gelassen. Ein Problem das alle Orte betrifft. Jeden Dienstag sammeln die BuK-Mitarbeiter für eine Stunde Müll ein, um Bad Bellingen von Müll zu befreien. Wir freuen uns über Jeden, der uns bei dieser Aktion unterstützen will! Müllsäcke und Handschuhe werden natürlich von uns bereitgestellt.

Treffpunkt: dienstags um 16.00 Uhr vorm Kurmittelhaus

Fahrt zum Weihnachtsmarkt nach Burkheim

Mit einem Kleinbus geht es nach Burkheim am Kaiserstuhl. Nach der Ankunft am Rande der Altstadt, besteht die Möglichkeit zur individuellen Besichtigung des historischen Ortes. Bei einem Rundgang durch den romantischen Stadtkern und die Schlossruine lassen sich die liebevoll dekorierten Marktstände in vorweihnachtlichem Glanze bewundern. Nach drei Stunden Aufenthalt startet die Rückfahrt. **Informationen: Termin:** 29. November 2019; **Treffpunkt:** Bushaltestelle Thermalbad; **Abfahrt:** 14.30 Uhr; **Dauer:** circa 6 Stunden; **Durchführung:** wetterunabhängig; **Teilnehmerzahl:** bis 8 Personen; **Preis:** 24,- Euro pro Person. **Anmeldung:** Dr. Jochen Schwendemann, ab durchs ländle, Schwimmbadstraße 32, 79100 Freiburg, **Telefon:** +49 (0)761 88 14 65 99, **E-Mail:** info@ab-durchs-laendle.de

Bodyforming für Bauch, Beine, Po mit Frau Susanne Böcherer

Kräftigende Übungen für Bauch, Beine, Po. Intensives Training dieser Muskelpartien, so dass der Körper gefordert wird. Insgesamt werden wir bewegter, ausgeglichener und regen unseren Kreislauf ordentlich an. **Informationen: Termin:** 30. November 2019; **Mitzubringen:** Matte, Handtuch und Trinkflasche; **Wo:** Im Großen Gymnastikraum – Kurmittelgang Balinea Therme **Mindestteilnehmerzahl:** 6 Personen. **Anmeldungen erforderlich:** www.vhs-markgraeflerland.de, Tel.: 07631 16686

Fahrt zum Weihnachtsmarkt nach Colmar

Mit einem Kleinbus geht es nach Colmar. Nach der Ankunft am Rande der Altstadt, besteht die Möglichkeit zur individuellen Besichtigung des drittgrößten Ortes im Elsass. Bei einem gemütlichen Bummel durch die malerischen Gassen lässt sich der vorweihnachtliche Zauber an verschiedenen Orten im Stadtkern bewundern. Nach drei Stunden Aufenthalt startet die Fahrt zurück über den Rhein. **Informationen: Termin:** 30. November 2019; **Treffpunkt:** an der Bushaltestelle Thermalbad; **Abfahrt:** 10.00 Uhr; **Dauer:** circa 7 Stunden; **Durchführung:** wetterunabhängig; **Leistung:** Fahrt; **Teilnehmerzahl:** bis 8 Personen; **Preis:** 24,- Euro pro Person; **Anmeldeschluss:** 12.00 Uhr am Vortag der jeweiligen Fahrt. **Anmeldung:** Dr. Jochen Schwendemann (s. o.)

Vortrag:

Kein Tabu – wenn die Blase zum Thema wird! Mit Sabine Scheerer (Physiotherapeutin/Urotrainerin)

Sie sind öfter „mal schnell weg“? Öfter als es Ihnen lieb ist? Wollen Sie die Kontrolle über Ihre Blase zurückgewinnen und damit auch Ihre persönliche Freiheit? In meinem Vortrag erfahren Sie anhand gezielter Informationen und ausgewählter Techniken den Weg dorthin. **Informationen: Termin:** 30. November 2019; **Ort:** Konferenzraum im Kurhaus; **Beginn:** 11.00 Uhr; **Dauer:** 1,5 Std. Vortrag; **Eintritt:** 10,- €. **Anmeldung:** erwünscht Tel. 0761 3847196

Veranstaltungskalender

bad bellingen

 im markgräflerland
 wo erholung zum erlebnis wird

Donnerstag, 28. November

15.00 Uhr	Kreativkurse im Malhäusle – Modeschmuck mit Elvira Skaletz-Rögels. Anmeldung erforderlich Tel. 07631 749533
15.00 Uhr	Bürgersprechstunde Gesundheitsforum. Von 15.00 bis 17.00 Uhr. Im Konferenzraum im Kurhaus

Freitag, 29. November

12.00 Uhr	Zusammen isst man glücklicher. Wöchentlicher Mittagstisch für Genießer. Anmeldung erforderlich: Kurhotel Markushof Tel. 07635 31080.
14.30 Uhr	Fahrt zum Weihnachtsmarkt nach Burkheim (s. BuK). Anmeldung: Tel. 0761 88 14 65 99
15.00 Uhr	Boule im Kurpark, Bei unklaren Wetterverhältnissen bitte Anfragen an Herr Wolfgang Müller, Telefon 07635 / 9780 oder muellerwh@t-online.de.
18.00 Uhr	Rauchige Whisky-Degustation im Landhaus Ettenbühl. Mit Voranmeldung Tel. 07635 827970

Samstag, 30. November

08.30 Uhr	Bodyforming für Bauch, Beine, Po (s. BuK), Anmeldungen erforderlich: www.vhs-markgraeflerland.de
10.00 Uhr	Fahrt zum Weihnachtsmarkt nach Colmar (s. BuK). Anmeldung: Tel. 0761 88 14 65 99
11.00 Uhr	Floristikkurs im Landhaus Ettenbühl.
11.00 Uhr	Vortrag: Kein Tabu – wenn die Blase zum Thema wird! Mit S. Scheerer (s. BuK). Anmeldung: Tel. 0761 3847196
19.00 Uhr	Schlager Tanzparty in der AusZeit, Rheinstraße 42 mit DJenf

Sonntag, 01. Dezember

13.00 Uhr	Gesundheitsvortrag mit der Dozentin Sabine Vogel. Wissenshappen und Genusshappen erwarten Sie. Im Konferenzraum im Kurhaus. Anmeldung Tel. 0171 1960 696 (s. BuK)
11.00 Uhr	Feierlicher Advent im Landhaus Ettenbühl.
11.00 – 17.00 Uhr	Eröffnung der Weihnachtsausstellung in der Galerie BW, Rheinstraße 15
12.00 Uhr	Landhaus Ettenbühl: Gänse-Essen.
14.00 Uhr	Oberrhinesisches Bäder- und Heimatmuseum geöffnet. Alte Weinstraße 25, Bad Bellingen-Bamlach. Tel. 07635 822 160. Mittwochs und sonntags von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr. Eintritt frei.
14.30 Uhr	Tanztee mit der Band Royal Selection im Kurhaus. Kosten: mit Gästekarte 5,00 € ohne Gästekarte 7,00 €

Montag, 02. Dezember

09.00 Uhr	Winterlicher Hochschwarzwald – Geführte Schneeschuhwanderung (s. BuK). Anmeldung: Tel. 0761 88 14 65 99.
10.00 Uhr	smoveyTRAINING von „Bad Bellingen bewegt“. Treffpunkt am Aparthotel Badblick. Anmeldung erforderlich Tel. 0173 / 5969677. Kosten: Mitglieder BBB frei / Nichtmitglieder 5,00 €.
13.30 – 16.30 Uhr	Offene Textile Werkstatt mit Sonia Leber, Galerie BW, Rheinstraße 15
18.00 Uhr	Samurai Kids Bad Bellingen, Karate für Kinder und Jugendliche (8 – 14 Jahre). Anmeldung Tel. 07633 939369

Dienstag, 03. Dezember

10.00 Uhr	Kangatraining im Gymnastikraum im Kurmittelhaus. Der Kurs dauert 8 Wochen und kostet 99,00 €. Anmeldung: www.kangakattrin.de
15.00 Uhr	Boule im Kurpark, Bei unklaren Wetterverhältnissen bitte Anfragen an Herr Wolfgang Müller, Telefon 07635 / 9780
19.00 – 22.00 Uhr	UfO-Quiltgruppe, Galerie BW, Rheinstraße 15
19.30 Uhr	Sanfte Gymnastik zur Stärkung der Muskeln mit Frau Böcherer (s. BuK). Anmeldungen Tel.: 07631 16686

Mittwoch, 04. Dezember

09.00 – 12.00 Uhr	Handnähgruppe Bad Bellingen, Galerie BW, Rheinstraße 15
09.30 Uhr	Therapeutisches Hatha-Yoga ab 50. Im Gymnastikraum im Kurmittelhaus. Anmeldung: bei isabel.uribe@gmx.de. Teilnahmegebühr: 13,00 € / Termin, 40,00 € / 4 Termine
10.00 Uhr	Gletschensee und Kuckucksuhr – Landschaftsführung (s. BuK). Anmeldung: Tel. 0761 88 14 65 99
11.00 Uhr	Therapeutisches Hatha-Yoga ab 50. Im Gymnastikraum im Kurmittelhaus. Anmeldung: bei isabel.uribe@gmx.de. Teilnahmegebühr: 13,00 € / Termin, 40,00 € / 4 Termine
13.30 Uhr	Kreativkurse im Malhäusle – Porzellanmalen mit Renate Müller. Anmeldung erforderlich Tel. 07621 61181.
14.00 Uhr	Oberrhinesisches Bäder- und Heimatmuseum geöffnet. Alte Weinstraße 25, Bad Bellingen-Bamlach. Tel. 07635 822 160. Mittwochs und sonntags von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr. Eintritt frei.
16.00 Uhr	Puppentheater „Kasper und der Weihnachtsmann“ – Freiburger Puppenbühne (s. BuK)
18.30 Uhr	Therapeutisches Hatha-Yoga für Alle. Im Gymnastikraum im Kurmittelhaus. Anmeldung: bei isabel.uribe@gmx.de. Teilnahmegebühr: 13,00 € / Termin, 40,00 € / 4 Termine
18.30 Uhr 19.30 Uhr 20.15 Uhr	Verschiedene Tanzkurse für Anfänger und Fortgeschrittene im Kurhaus. Infos und Anmeldungen Tel. 017698468700.

Do., 5. Dez.

15.00 Uhr	Kreativkurse im Malhäusle – Modeschmuck mit Elvira Skaletz-Rögels. Anmeldung erforderlich Tel. 07631 749533
15.00 Uhr	Bürgersprechstunde Gesundheitsforum. Von 15.00 bis 17.00 Uhr. Konferenzraum im Kurhaus
19.00 Uhr	TRE@ - Workshop: Zittern Sie sich frei! Stressfrei! Dozentin: S. Eichin,(s. BuK). Anmeldung Tel. 07621/1625671
19.00 – 22.00 Uhr	Handnähgruppe Bad Bellingen, Galerie BW, Rheinstraße 15

Gesundheitsvortrag mit der Dozentin Sabine Vogel

Wissenshappen und Genusshappen erwarten Sie im November: Stress lass nach und Genussstraining dem Stress auf der Spur Stress ist belastend. Wird er nicht abgebaut, reagiert der Körper mit Schmerzen oder anderen Beschwerden. Indem Sie Ihre Stressauslöser und Stressreaktionen erkennen, beugen Sie Stress effektiv vor. Mit folgenden Fragen nehmen wir unseren Stress unter die Lupe: Ich gerate in Stress wenn...; Ich setze mich selbst unter Druck indem...; Wenn ich im Stress bin dann...;

Genusstraining

Die Fähigkeit zu genießen geht in unserer schnelllebigen Welt vor allem bei intensiver Berufstätigkeit nach und nach verloren. Beim Genussstraining lernen Sie deshalb, wie Sie Ihre Sinne schärfen und auf Ihren Körper hören, um mit einer bewussteren Lebensweise Ihr seelisches Wohlfühlgefühl zu fördern. Genießen können tut Körper und Seele gut. Nehmen Sie kleine Anleitungen mit um Genuss wiederzuentdecken und zu üben, um Genussmomente in den Alltag erneut integrieren zu können. **Informationen: Termin:** 1. Dezember 2019; **Ort:** Im Konferenzraum im Kurhaus; **Dauer:** 13.00 bis 16.15 Uhr; **Eintritt:** 59,- €. **Anmeldung:** unter gf.markgraeflerland@gmail.com; Tel. 0171 1960 696

Winterlicher Hochschwarzwald – Geführte Schneeschuhwanderung am Schauinsland

Mit einem Kleinbus geht es zum Schauinsland. Dort findet die Führung auf einem Rundweg mit einer Länge von ca. 5 Kilometern und einer Steigung von insgesamt ca. 100 Metern statt. Bevor die Fahrt mit einem Kleinbus zurück startet, besteht ausreichend Zeit für eine Einkehr. **Informationen: Termin:** 2. Dezember 2019; **Abfahrt:** 09.00 Uhr; **Dauer:** ca. 7 Stunden; **Preis:** 29,- €, ggf. zzgl. 13,- € für Schneeschuh-Leihe; Anforderungen: festes und wasserabweisendes Schuhwerk, dem Wetter angepasste Kleidung, Schneeschuhe und Stöcke. **Anmeldung:** Dr. Jochen Schwendemann (s. o.)

Sanfte Gymnastik zur Stärkung der Muskeln

Sanfte Bewegungsübungen rund um die Muskulatur, so dass Gleichgewicht, Stabilität und Balance unseres Körpers erhalten bleiben. Die Übungen werden im Stehen und Liegen ausgeführt: In der Stunde machen wir auch einen kleinen Teil Ausdauertraining – zur Anregung des Kreislaufs. Bitte Matte, Handtuch und Trinkflasche mitbringen. **Informationen: Termin:** 3. Dezember 2019; **Kursleiterin:** Susanne Böcherer; **Ort:** Im Großen Gymnastikraum – Kurmittelgang Balinea Therme; **Mindestteilnehmerzahl:** 6 Personen; **Beginn:** 19.30 Uhr **Anmeldungen erforderlich:** www.vhs-markgraeflerland.de, Tel.: 07631 16686

Gletschersee und Kuckucksuhr – Landschaftsführung durch den Hochschwarzwald

Mit einem Kleinbus geht es durch das Höllental über den Titisee und dem Feldbergpass an den Todtnauer Wasserfall. Bevor die Fahrt über den Schauinsland zurück startet, besteht ausreichend Zeit für eine Einkehr. Die Führungen weisen eine Länge von insgesamt ca. 5 Kilometern und eine Steigung von insgesamt ca. 110 Metern auf. **Informationen: Termin:** 4. Dezember 2019; **Treffpunkt:** Bushaltestelle Thermalbad; **Abfahrt:** 10.00 Uhr; **Preis:** 29,- Euro pro Person; **Anmeldung:** Dr. Jochen Schwendemann (s.o.)

Puppentheater „Kasper und der Weihnachtsmann“ – Freiburger Puppenbühne

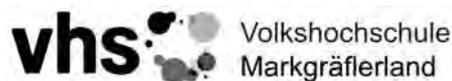
Heiligabend steht vor der Tür und alle, ob groß ob klein, freuen sich auf das Weihnachtsfest. Großmutter, die in letzter Zeit schlecht schläft, hat sich ein neues Kopfkissen gewünscht.

Doch auch Hexe Klapperzahn verfolgt ungeduldig die Ankunft des Weihnachtsmannes. In einem günstigen Augenblick stiehlt die listige Zaubermeisterin das Geschenk für die Großmutter. Mithilfe der Unterstützung der Kinder gelingt es Kasper und seinen Freunden, der bösen Hexe das gestohlene Weihnachtsgeschenk wieder abzunehmen. Da das Abenteuer gemeinsam so gut bestanden wird, singen zum Abschluss alle noch gemeinsam für den Weihnachtsmann traditionelle Lieder! **Informationen: Termin:** 4. Dezember 2019; **Ort:** Kurhaus; **Dauer:** ca. 45 Minuten; **Alter:** ab 4 Jahren. **Tickets:** 7,- €; Kartenreservierung Tel. 0761 52313

TRE® - Workshop: Zittern Sie sich frei!

Stressfrei! Dozentin: Susanne Eichin, Heilpraktikerin

TRE® nach Dr. David Berceci ist eine leicht zu erlernende Übungsreihe, die eine uns innewohnende Selbstregulation im Körper fördert. Durch das sog. neurogene Zittern – ein körpereigener Reflex, der uns seit Urzeiten innewohnt – kommen Sie nachhaltig in die Entspannung und schöpfen neue Energie. Die Methode kann Körper und Geist beleben, ein besseres Allgemeinbefinden fördern, der Stressbewältigung im Alltag dienen und bietet sogar Unterstützung zur Bewältigung von traumatischen Ereignissen. TRE® macht Spaß und startet eine Entdeckungsreise zur wunderbaren Selbstregulation unseres Körpers. **Informationen: Termin:** 5. Dezember 2019; **Dauer:** 19.00 – 21.00 Uhr; **Ort:** Konferenzraum im Kurhaus; **Kosten** pro Abend: 29,- €. **Anmeldung erforderlich** Tel. 07621 / 16 25 671



Vortrag am Nachmittag: Ecuador mit Galapagos
11.12., 15.00 – 16.30 Uhr, VHS Gerbergasse 8

Wissenschaftliches Arbeiten
14.12., 9.00 – 16.00 Uhr, VHS Gerbergasse 8

Wer bin ich? Facetten meines Ichs!
14.12., 9.30 – 17.00 Uhr, VHS Gerbergasse 8

Wir bitten bei allen Angeboten um Ihre Anmeldung.
Tel. 07631/16686, Fax 07631/16499
E-Mail: info@vhs-markgraeflerland.de,
Internet: www.vhs-markgraeflerland.de

Verleihung der DELF-Diplome an der Mathias-von-Neuenburg Realschule

Ein ganzes Schuljahr lang lernten sie jede Woche zusätzlich zu ihrem regulären Unterricht in einer AG Französisch – und es zahlte sich aus: Am Freitag, den 16. November 2019 verliehen Rektor Thomas Vielhauer und die Französischlehrerin Monique Stamm-Wesemael den Schülerinnen Sydney Pion-Weiss (10a) und Tabea Eichler (10a) sowie dem Schüler Fabian Grabner (10b) der Mathias-von-Neuenburg Realschule ihre DELF Diplome. DELF bedeutet Diplome d'Etudes de Langue Française und weist besondere Kenntnisse in der französischen Sprache nach. Es ist ein international anerkanntes Zertifikat, das bei der Bewerbung für eine Ausbildung, eine Arbeitsstelle oder an einer Hochschule ein ausschlaggebender Faktor sein kann. Ausgestellt wird es vom französischen Bildungsministerium, dem „Ministère de l'Education Nationale, und um es zu erhalten, mussten die SchülerInnen eine schriftliche und eine mündliche Prüfung bestehen. Diese Prüfung wird nicht von der Schule, sondern vom Institut Français abgenommen und ist komplett in französischer Sprache. Felicitations alors an die drei erfolgreichen AbsolventInnen.



Musikschule Markgräflerland

Die Musikschule Markgräflerland lädt herzlich ein
Adventskonzert Sonntag, 1. Dezember 2019 um 17.00 Uhr
Stadtkirche Kandern

Feierliche Musik mit Werken von J.S. Bach, M. Franck, E. Humperdinck, R. Schweizer u.a.

Singen und musizieren von Weihnachtslieder

Kinderchor Kandern-Eimeldingen, Ltg. Ulrike Böhm; Schulchor Tannenkirch, Ltg. Petra Brombacher-Vollmer; Projekt – Gesangsensemble, Ltg. Thomas Wiedenhofer; Streichorchester mit Oboenensemble; Swetlana Balzer, Sopran; Ltg. Angelika und Ingo Balzer

45 Jahre Musikschule Markgräflerland e.V.

25 Jahre Kinderchor Kandern Kooperation evangelische Kirchengemeinde Kandern und der Musikschule

Kirchliche Nachrichten

Evang. Kirchengemeinden Bad Bellingen und Hertingen, Blansingen, Welmlingen und Kleinkems

Gottesdienst:

Sonntag, den 01. Dezember 2019

09.15 Uhr **Gottesdienst** in Hertingen
10.45 Uhr **Gottesdienst** mit Vorstellung der Konfirmandinnen und Konfirmanden in Blansingen
14.00 Uhr **Adventsnachmittag** in Bad Bellingen

Sonntag, den 08. Dezember 2019

09.15 Uhr **Gottesdienst** in Hertingen
10.30 Uhr **Kindergottesdienst** in Hertingen
10.45 Uhr **Gottesdienst** in Blansingen

Termine:

Donnerstag, den 28. November 2019:

09.00 – 11.30 Uhr **Bürostunde** für Bad Bellingen

Freitag, den 29. November 2019:

10.30 – 13.00 Uhr **keine Bürostunde** für Blansingen/Welmlingen/Kleinkems

Montag, den 2. Dezember 2019:

14.30 Uhr **Spielekreis** im Albert-Schweitzer-Haus

Donnerstag, den 5. Dezember 2019:

09.00 – 11.30 Uhr **Bürostunde** für Bad Bellingen
10.00 Uhr **Krabbelgruppe** in Hertingen

Freitag, den 6. Dezember 2019:

10.30 – 13.00 Uhr **Bürostunde** für Blansingen/Welmlingen/Kleinkems

Krabbelgruppe in Hertingen:

Die Krabbelgruppe trifft sich weiterhin jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat um 10.00 Uhr in der Arche neben der Kirche. Die nächsten Termine 5. Dezember 2019 und 19. Dezember 2019. Alle Hertinger Kinder bis 2 Jahre sind herzlich willkommen. Fragen beantwortet Anja Dobrunz (07635 8245168) gerne.



Einladung zum Adventsnachmittag im Albert-Schweitzer-Haus

Am 1. Advent findet im Anschluss an den Gottesdienst der Adventsnachmittag im Albert Schweitzer-Haus statt. Freuen Sie sich auf einen vorweihnachtlichen Nachmittag mit Kaffee und Kuchen. Für die Kaffeetafel bitten wir jetzt schon herzlich um Ihre Kuchenspenden, die Sie dann gerne am Sonntag, den 01. Dezember 2019 direkt im Albert-Schweitzer-Haus abgeben können.

Kirchenwahlen:

Den Hertinger Gemeindemitgliedern wurden in den letzten Tagen ihre Wahlunterlagen zugesandt. Diese Wahlunterlagen können bis zum Sonntag, den 1. Dezember um 13.00 Uhr, auf unterschiedliche Weise zurückgesandt werden:

- Per Post an das Pfarramt in Bad Bellingen (Im Mittelgrund 3)
- In den Briefkasten am Gemeindehaus „Arche“ eingeworfen haben
- In den Gottesdiensten am 1. Dezember 2019 in einen in der Kirche stehenden Wahlbriefkasten eingeworfen werden

Bitte beachten Sie: auf den Stimmzetteln kann für jede Kandidatin nur EINE Stimme vergeben werden!

Die öffentliche Auszählung der Stimmen findet am Sonntag, den 1. Dezember ab 14.00 Uhr in der „Arche“ statt.

Pfarramt:

In der Zeit bis 01. Dezember 2019 ist das Pfarrbüro nur am Donnerstag besetzt, da Frau Haase im Urlaub ist.

Sprechzeiten:

- Donnerstag von 09.00 bis 11.30 Uhr für Bad Bellingen und Hertingen
- Freitag von 10.30 bis 13.00 Uhr (für Blansingen, Welmlingen und Kleinkems)
- Pfarrer Henze (Vakanzverwalter und Seelsorger) nach Vereinbarung, Telefon 07635/822037

Pfarrer Henze (Vakanzverwalter und Seelsorger) nach Vereinbarung, Telefon 07635/822037

Per E-Mail erreichen Sie uns unter badbellingen@kbz.ekiba.de oder blansingen@kbz.ekiba.de oder telefonisch unter 07635/822037

Öffnungszeiten der öffentlichen Bücherei

im Albert-Schweitzer-Haus • Mittwoch von 11-12 Uhr, • Freitag von 16-17 Uhr

Katholische Seelsorgeeinheit Schliengen Gottesdienste



29. November Freitag der 34. Woche im Jahreskreis

Rheinweiler 18.00 Uhr **Rosenkranz**
Rheinweiler 18.30 Uhr **HI. Messe** mit Gedenken an Familie Schweizer – D'Souza

30. November Samstag der 34. Woche im Jahreskreis

Schliengen 18.30 Uhr **Vorabendmesse zum Sonntag**

01. Dezember 1. Adventssonntag

Liel 09.00 Uhr **HI. Messe** für die Pfarrgemeinde mit Einweihung des Wegkreuzes an der Straße nach Kandern
Bamlach 09.00 Uhr **HI. Messe** für die Pfarrgemeinde
Bad Bellingen 10.30 Uhr **HI. Messe** für die Pfarrgemeinde

Bamlach 18.30 Uhr **Rosenkranz**

02. Dezember Montag der ersten Adventswoche

Schliengen 07.30 Uhr **Stille Messe** (Latein) im Chorraum

03. Dezember Dienstag – Hl. Franz Xaver, Ordenspriester

Schliengen 14.30 Uhr **Senioren Gottesdienst** mit

Anschließend Adventsfeier im Pfarrsaal

Bad Bellingen 17.45 Uhr **Rosenkranz**

Bad Bellingen 18.30 Uhr **Hl. Messe** für die Pfarrgemeinde

Bad Bellingen 19.15 Uhr **Eucharistische Anbetung**

04. Dezember Mittwoch der ersten Adventswoche

Bamlach 18.30 Uhr **Hl. Messe** für die Pfarrgemeinde

05. Dezember Donnerstag der ersten Adventswoche

Liel 18.00 Uhr **Rosenkranz**

Liel 18.30 Uhr **Hl. Messe** für die Pfarrgemeinde

Essener Adventskalender

Der Adventskalender "Das Kleine ganz groß" ist ab sofort nach der Vorabendmesse oder dem Sonntagsgottesdienst der einzelnen Gemeinden unserer SE bei den Mesnerinnen oder auch während der Öffnungszeiten im Pfarrbüro zum Preis von 3,50 € erhältlich.

Von Schnullern und Feuer:

Weihnachtsführungen im Freiburger Münster

Am 7. und 14. Dezember 2019: Münsterführungen in Freiburg zum Thema „Weihnachten“ Anhand von Glasfenstern, Bildern und Altären soll das Weihnachtsfest erschlossen werden. Zudem lässt sich zeigen, wie es den Baumeistern gelang, Advents- bzw. Weihnachtslieder architektonisch umzusetzen.

Programm:

11.30 Uhr Orgelmusik zur Marktzeit; 12.05 Uhr Mittagsbesinnung; Zeit zur freien Verfügung; 13.15 Uhr Münsterführung; 14.30 Uhr Ende

Es ist auch möglich, direkt zur Führung zu kommen. Wer Interesse an einer Führung hat, bitte ich, sich unter der 07635/2415 (Jonas Büchin) oder via Mail an hohenblauen@web.de bei mir anzumelden. Kosten: 2,00 € für den Eintritt des Chorumganges mitbringen.

Krankenhauskommunion in Bamlach:

im Dezember 2019: **Freitag, 6. Dezember** durch Pfr.i.R. Huber ab 9.00 Uhr.

Erstkommunion:

2. Weggottesdienst: Dienstag, 3. Dezember 2019, Schliengen Kirche: „Erinnerung am Taufbrunnen an die eigene Krippenspiel Proben: Samstag, 30. November 2019, 10.00 Uhr und an den folgenden Samstagen, im Pfarrsaal Schliengen

Kath. Öffentliche Bücherei im Pfarrheim Bamlach

Sonntag: 10.00 bis 11.00 Uhr

Kontakt: Susanne Weh, Tel. 07635/8893

Bereitschaftsdienste

Apotheken-Notdienste:

Apotheken-Notdienstfinder: www.aponet.de

Festnetz Rufnummer kostenfrei unter 0800 00 22 8 33 ggf. oder auf allen Mobilnetzten erreichbare Rufnummer 22 8 33 (Kosten max. 69 ct/Min)

Notdienst jeweils von 8.30 – 8.30 Uhr:

Mittwoch, 27. November 2019

Apotheke am Zöllinplatz, Zöllinplatz 4, 79410 Badenweiler
07632 891576

Donnerstag, 28. November 2019

Fohmann'sche Apotheke, Eisenbahnstraße 13,
79418 Schliengen 07635 556

Freitag, 29. November 2019

Hebel-Apotheke, Werderstraße 31 A, 79379 Müllheim
07631 2253

Samstag, 30. November 2019

Rhein-Apotheke, Schlüsselstraße 4, 79395 Neuenburg
07631 7710

Sonntag, 1. Dezember 2019

Bahnhof-Apotheke, Turmstraße 41, 79539 Lörrach
07621 3131

Montag, 2. Dezember 2019

Apotheke am Blumenplatz, Hauptstraße 23, 79400 Kandern
07626 7970

Dienstag, 3. Dezember 2019

Stadt-Apotheke, Hauptstraße 302, 79576 Weil am Rhein
07621 73060

Mittwoch, 4. Dezember 2019

Mozart-Apotheke, Mozartstraße 18, 79539 Lörrach
07621 10477

Bereitschaftsdienst der Tierärzte im Landkreis Lörrach

Im Internet abzurufen unter: www.reinle.net/notdienst

Ambulante Pflegedienste

► **Kirchliche Sozialstation Südliches Markgräflerland e.V.**
Papierweg 18, 79400 Kandern, Telefon 07626/91412-0

► **Ambulante Hospizgruppe Kandern**
Papierweg 18, 79400 Kandern, Hospizhandy 0151-23824186

► **Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Müllheim e.V.**
Moltkestraße 14, 79379 Müllheim, Telefon 07631 / 1805-0

► **Ambulanter Dienst Schloß Rheinweiler**
Mit einem breitgefächerten Angebot aus Dienstleistungen aller Art - rund um Betreuung, Pflege und Hauswirtschaft kommen wir zu Ihnen nach Hause.

Ambulanter Dienst Schloß Rheinweiler Schloßstraße 1, 79415 Bad Bellingen, Telefon 07635/3136-202, Fax 07635/ 3136-205, E-Mail: ambulanter.dienst@loerrach-landkreis.de

► **Zufluchtsort für mißhandelte Frauen und ihre Kinder**
Tag und Nacht erreichbar unter Telefon 07621 / 49325

► **Telefonseelsorge** Nr. 0800 111 0 111 / 222

► **Caritasverband für den Landkreis Lörrach e.V.**
Sozialberatung, Schwangerenberatung, Schuldnerberatung, Familienpflege, Hilfen für psychisch kranke Menschen, offene Jugendarbeit, Beratung und unterstützende Dienste für demente Menschen und Angehörige. Telefon 07621/92750, Fax 07621/927517, Mail: info@caritas-loerrach.de

► **ipunkt der Fritz-Berger-Stiftung**
Information-Beratung-Vermittlung im Alter, bei Behinderung und Pflege. **Schliengen:** Freitag 9.00 – 12.00 Uhr (nur in geraden Kalenderwochen), Bürger- und Gästehaus, Nidauer Platz 1, Schliengen, Telefon 07635/821518, E-Mail: ipunkt@fritz-berger-stiftung.de Internet: www.fritz-berger-stiftung.de

► Blinden- und Sehbehindertenverein Südbaden e.V.

Wölflistraße 13, 79104 Freiburg, Telefon 0761/36122, Fax 0761/36123, E-Mail info@bsvsb.org, Internet www.bsvsb.org

Vereinsmitteilungen

Frauenverein Bad Bellingen

Erinnerung

29. November 2019: Adventsgestecke basteln um 18.30 Uhr in der Halle der Zimmerei Bühler in Rheinweiler

6. Dezember 2019: Jahresabschlussfeier um 19.00 Uhr im Café am Park in Bad Bellingen.

Anmeldung bis 2. Dezember 2019 bei Heike Schittenhelm, Tel. 2724 oder bei Paula Bühler, Tel. 822322

Schwarzwaldverein

Schwarzwaldverein Bad Bellingen e.V.

Einstimmung auf die Adventszeit

Zu unserer jährlichen Adventsfeier laden wir alle Mitglieder am **Samstag, den 30. November 2019, ab 14.30 Uhr**, in die Gemeindehalle/Bürgersaal in Hertingen, zu einem gemütlichen Zusammensein bei Kaffee und Kuchen ein. Dabei werden Bilder/Dias von unseren Wanderungen im Jahr 2019 gezeigt. Mitfahrgelegenheiten für diejenigen, die nicht fahren möchten, oder keinen PKW besitzen, werden gerne organisiert. Wir bitten um **rechtzeitige Anmeldung** bei Johanna Pfeiffer, Bad Bellingen Tel. Nr.: 07635/9836



Tennisclub Bad Bellingen e.V.

Einladung zur Nikolausfeier:

am **Freitag, 6. Dezember 2019** findet ab **18.30 Uhr** eine Nikolausfeier im Tennisclubheim statt. Für Essen & Trinken wird bestens gesorgt.

Anmeldungen bitte an Frank Fuchs (fuchstwins@t-online.de) oder Sebastian Billich (Billich@gmx.de).



Kolpingsfamilie Bamlach

Sankt Nikolaus besucht die Familien

Wie schon so oft besucht der heilige Sankt Nikolaus am **5. und 6. Dezember 2019** wieder die Kinder der Familien. Um die Termine und die Wegstrecke des Nikolaus zu planen, bittet die Kolpingsfamilie Bamlach bis zum 2. Dezember 2019 um Anmeldung bei Christa und Markus Bächlin, Tel. 07635/3682.

Nach der Legende unterstützte der Bischof Nikolaus Menschen in Notsituationen. Daraus hat sich der Brauch entwickelt, Kinder mit Äpfeln, Nüssen und Süßigkeiten zu beschenken. So ist der Nikolaustag am Anfang der Adventszeit ein „kleiner Geschenke-Tag“; Das große Fest findet dann an Weihnachten statt. Bitte bedenken Sie dies beim Zusammenstellen der Geschenksäckchen zum Nikolaustag!

Mit freundlichen Grüßen

Ihre Kolpingfamilie Bamlach

Einladung Kolpinggedenktag 2019 in Bamlach

Zum diesjährigen Kolpinggedenktag in Bamlach möchten wir gerne alle Kolpinger und Gemeindeglieder herzlich einladen. Starten werden wir wie gewohnt mit einem Vorabendgottesdienst in der Pfarrkirche in Bamlach **am 14. Dezember 2019 um 18.30 Uhr**. Der Gottesdienst wird von der Kolpingjugend gestaltet und von der Band „Aufbruch“ musikalisch umrahmt. Im

Anschluss lädt die Kolpingfamilie zum gemütlichen Abendessen und Beisammensein im Bamlacher Pfarrheim ein. **Aus organisatorischen Gründen bitten wir darum, sich per Mail info.kolpingfamilie-bamlach.de oder telefonisch bei Familie Epking Tel. 07635/822077 anzumelden. Anmelde-schluss ist der 9. Dezember 2019**



MSC Rebland e.V. im DMV

Zum MSC Rebland kommt der Nikolaus.....

Wir möchten alle Kinder aus Hertingen, gerne in Begleitung der Eltern, zu unserer Nikolausfeier einladen.

Wir haben dieses Jahr extra einen Nikolaus bestellt und würden uns freuen mit euch bei Glühwein / Punsch und leckeren Grätimännern auf ihn zu warten. Wir warten ab 17.00 Uhr im weihnachtlich geschmückten Hof bei Feuerschein in der Mohrengasse 6 (bei Margot Aenis).

VdK

Einladung zur Weihnachtsfeier am 7. Dezember 2019

Liebe Mitglieder und Freunde des VdK,

am **Samstag, den 7. Dezember 2019** treffen wir uns zur **Weihnachtsfeier um 12.00 Uhr im Gasthaus „Engemühle“ in Wintersweiler** zu einem gemütlichen Beisammensein mit einem Mittagessen und anschließendem Kaffee und Kuchen. Wie jedes Jahr, gibt es auch diesmal einen Nikolauskrabbelsack. Wer möchte, kann gerne ein Geschenk dazu beisteuern (Mindestwert 3 Euro). Wir sind gespannt und freuen uns auf bunte Überraschungen aus dem Krabbelsack.

Abfahrtszeiten:

Bad Bellingen/Rosenweg 10.40 Uhr; Bad Bellingen/Bus-Bahnhof 10.50 Uhr; Bamlach 10.55 Uhr.

Unkostenbeitrag für den Bus beträgt 5,- €. Die anderen Orte werden auf Anfrage angefahren. Bitte haben Sie Verständnis für kleinere Verspätungen. Keine Haftung bei Schäden (Personen- oder Sachschaden) seitens des Fahrers oder dem VdK. Wir bitten um **Anmeldung bis zum 4. Dezember 2019**.

Anmeldung bei: Wolfgang Martin Tel. 07628/919133; Dirk Braumann Tel. 07628/8344; Heidrun Kleindienst Tel. 07628/2115.

Wir freuen uns wieder viele Mitglieder und Freunde begrüßen zu dürfen. Im Namen des Vorstandes Wolfgang Martin



Musikverein Bad Bellingen e.V.

Herbstwanderung

Vergangenen Sonntag machten sich die Wanderlustigen des Musikvereins bei idealem Wanderwetter mit dem Zug auf nach Weil. Von dort ging es stetig bergauf in das malerische Dorf Ötlingen, das ja einiges zu bieten hat. Im Café Inka stärkten sich alle zunächst einmal, bevor es dann los ging zur Schnitzeljagd. Was da so alles geschah ist so unbeschreiblich, denn die eigentlichen angedachten Gruppenpreise mussten umbenannt werden in Gewinnerpreis der Aufgabenstellung, den Kreativpreis und den Raffinessenpreis. Das war zwar so nicht geplant, aber sehr lustig und es zeigte sich, dass man Spiele auch einfach regelunkonform spielen kann und dann auch noch etwas gewinnt. Bevor es dann über den Hügel abwärts ging nach Lörrach, erzählte uns Inge Gründel-Pfaff an ihrem eigenen ausgestellten Bild was es auf sich hat mit dem ART-Dorf Ötlingen. Eine solche Künstlerin in unseren Reihen zu haben ehrt uns sehr. Das macht echt Laune, nochmals dorthin zu gehen und einfach schauen, was sich so tut. In Bad Bellingen wieder gut angekommen kehrten wir noch ein und ließen den Tag bei besserer Laune und einem gesungenen Ständchen für das Geburts-

tagskind am Nebentisch ausklingen. Die Gästeschar sang mit und war davon so begeistert, dass es sogar noch einen Spender für einen leckeren Absacker gab (Danke Rudi).



Gez. Wander-Conny



VfR Bad Bellingen e.V.

www.vfrbb.de

Landesliga
SV 08 Laufenburg – VfR Bad Bellingen 2:0

Kreisliga B
VfR Bad Bellingen II – FV Haltingen 1:4
Tor: Marvin Riede

Voranzeige:
Donnerstag, 5. Dezember 2019
Weihnachtsfeier der Jugendabteilung

Samstag, 21. Dezember 2019
Weihnachtsfeier der Aktiven

Die nächsten Spiele:
Landesliga-Team
Sonntag, 1. Dezember 2019, 14.30 Uhr
SG Nordweil/Wagenstadt – VfR Bad Bellingen

Samstag, 7. Dezember 2019, 14.30 Uhr
VfR Bad Bellingen – FSV Rheinfelden

Kreisliga B-Team
Samstag, 30. November 2019, 16.00 Uhr
TuS Maulburg – VfR Bad Bellingen II

Training Jugendmannschaften:
D-, E- und F-Jugend
Donnerstag 17.00 Uhr



Spielvereinigung
Bamlach/Rheinweiler e.V.

www.spvgg.net

Aktivmannschaft:
Unsere erste Mannschaft ist in der verdienten Winterpause

Vorbereitungsspiel 2020
Sonntag, 1. März 2020, 15.00 Uhr
TuS Lörrach-Stetten 2 – SpVgg. Bamlach / Rheinweiler

Jugendtermine / Ergebnisse:
E-Jugend

Hallenturnier Kandern Sonntag, 15. Dezember 2019
Sporthalle Staig Kandern, August-Macke-Straße 7,
79400 Kandern

F- Jugend
Hallenturnier Kandern Sonntag, 15. Dezember 2019
Sporthalle Staig Kandern, August-Macke-Straße 7,
79400 Kandern

D-Jugend
SG Bamlach / Rheinweiler – FV Haltingen 10:0

Im letzten Spiel der Vorrunde hatte man Haltingen zu Gast. Unsere Mannschaft ließ den Haltingern von der ersten Minute an keine Chance und so sprang ein, auch in dieser Höhe, verdienter 10:0 Sieg heraus. Mit diesem Sieg geht man als Tabellendritter in die verdiente Winterpause. In der Winterzeit werden noch drei, vier Hallenturniere bestritten, bevor im März die Rückrunde beginnt.

Torschützen: 3 x Adrian Steininger, 3 x Louis Weh, je 1 x Gabriel Fräulin, Joshua Rinderle, Marvin Herdt, Hannes Eisenbarth

Hallenturnier Kandern Sonntag, 15. Dezember 2019
Sporthalle Staig Kandern, August-Macke-Straße 7,
79400 Kandern

C-Jugend
SG Schliengen / Bamlach-Rheinweiler – FV Tumringen 2:2
Freitag, 29. November 2019, 19.00 Uhr
SG Schliengen / Bamlach-Rheinweiler – SG Dinkelberb

B-Jugend
SG Schliengen / Bamlach-Rheinweiler – SV Weil 2 2:3
Samstag, 7. Dezember 2019, 12.15 Uhr
SG Schliengen / Bamlach-Rheinweiler – SG Herten

Weitere aktuelle Informationen und Termine sind auf der Internetseite www.spvgg.net zu lesen.

Parteien

SPD Ortsverein Schliengen – Bad Bellingen

Einladung zum politischen SPD-Stammtisch, am **Dienstag 3. Dezember 2019 um 19.30 im Gasthaus Krone in Schliengen**. Alle Mitglieder, Freunde der Sozialdemokratie und interessierte Bürger sind hierzu herzlich eingeladen.

Tagesordnungspunkte:

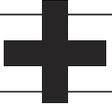
- Bericht der Gemeinde- und Ortschaftsräte
- Gemeindehaushaltsplanung 2020
- Vorbereitung des Weihnachtsmarktes in Schliengen
- Diskussion zur Bürgermeisterwahl in Schliengen
- Stellungnahme des Zweckverband Regio-Nahverkehr Freiburg (ZRF) zur evtl. Einstellung der Buslinie 264
- Bericht von der SPD-Kreisdelegiertenkonferenz

Senioren-Union des CDU-Ortsverbandes Bad Bellingen

Einladung zur Adventsfeier der Senioren-Union am 11. Dezember 2019

Die CDU-Senioren-Union Bad Bellingen und Efringen-Kirchen laden zu einem Adventskaffee ein am **Mittwoch, 11. Dezember 2019, 15.00 Uhr, Hotel „Kaiserhof“ Rheinstraße 68**. Herzlich eingeladen sind alle Mitglieder CDU-Senioren-Union und der beiden CDU-Ortsverbände mit Angehörigen sowie Mitbürger und Gäste. **Weitere Info** bei Hansjörg Isele, Vorsitzender CDU-Senioren-Union Bad Bellingen, Telefon 07635 82 68 69 und hj.isele@t-online.de

Sonstiges



Deutsches Rotes Kreuz

Aktiv+Plus: Ausflüge in netter Begleitung

DRK-Ausflug zum Weihnachtsmarkt nach Ottmarsheim: 7. Dezember 2019

Die Ehrenamtlichen der DRK-Seniorenarbeit laden unter dem Motto „Aktiv+Plus“ am Samstag, 7. Dezember 2019 zum Besuch des Weihnachtsmarktes in Ottmarsheim im Elsass ein. Er ist einer der schönsten Weihnachtsmärkte im Dreiländereck: der Markt im elsässischen Ottmarsheim vor der Kulisse der Abteikirche. Gegen Abend finden Konzerte in der Kirche statt. Im Preis von 19,- Euro sind Fahrdienst und Begleitung inbegriffen. Die Teilnehmer werden ab ca. 14.00 Uhr mit Kleinbussen des DRK direkt von zu Hause abgeholt. Der Ausflug ist nur für Teilnehmer geeignet, die gut und trittsicher zu Fuß sind. Festes Schuhwerk ist erforderlich. Eine Rückkehr ist gegen 21.00 Uhr geplant. **Anmeldung über** die DRK-Servicezentrale: Telefon 07631/1805-0.

Mit dem Roten Kreuz den Anschluss finden Mediensprechstunde für Senioren

Der DRK-Kreisverband Müllheim organisiert am **Freitag, 13. Dezember 2019 von 15.30 bis 16.30 Uhr und von 16.30 bis 17.30 Uhr**, im Rotkreuzhaus Müllheim (Moltkestraße 14a) eine Mediensprechstunde für Senioren. Eigene Endgeräte sollten mitgebracht werden. Achtklässler der Alemannen-Realschule wirken hier im Rahmen der Lehrplaneinheit „Soziales Engagement“ am Kursangebot mit. Wegen der großen Nachfrage wurde ein neues Angebots-Konzept mit zwei Einheiten mit jeweils einer Stunde erstellt. Bei großem Hilfebedarf können von den Teilnehmern auch beide Einheiten gebucht werden. Anmeldung über die DRK-Servicezentrale: Tel. 07631/1805-0.

DRK-Kultur Ausflug mit ehrenamtlicher Betreuung

Adventskonzert im Kloster St. Trudpert: 15. Dezember 2019

Die Ehrenamtlichen der DRK-Seniorenarbeit laden am Sonntag, 15. Dezember 2019 zu einem Adventskonzert im Kloster St. Trudpert ein. Beim Adventskonzert mit der Schwarzwaldkapelle Münstertal erklingt sinfonische Musik von der Renaissance bis in die Gegenwart. Vor dem Konzert wird im Gasthaus zur Sonne im Münstertal eingekehrt. Im Preis von 33,- Euro sind der Eintritt, Fahrdienst und die Begleitung inbegriffen. Die Teilnehmer werden ab ca. 11.00 Uhr mit Kleinbussen des DRK direkt von zu Hause abgeholt. Die Rückkehr ist gegen 20.00 Uhr geplant. Bezahlung: nur via Vorkasse oder Überweisung. Um **Anmeldung bis zum 29. November 2019** über die DRK-Servicezentrale Telefon 07631/1805-0 wird gebeten.

Infoabend der VWA Freiburg am 12. Dezember 2019

Ab März 2020 kann man in Freiburg Wirtschaftspsychologie studieren – neben dem Beruf!

Infoabend der VWA am 12. Dezember 2019 um 18.00 Uhr
Unternehmerisches Denken gepaart mit psychologischen Kompetenzen und Management-Know-how: Ab März 2020 bietet die VWA Freiburg in Zusammenarbeit mit der VWA Hochschule den neuen berufsbegleitenden Studiengang Bachelor of Arts (B.A.) in Wirtschaftspsychologie an.

Alle Interessierten sind eingeladen zum unverbindlichen Infoabend am Donnerstag, 12. Dezember 2019 um 18.00 Uhr, Eisenbahnstraße 56, 79098 Freiburg.

Weitere Informationen unter:

<https://www.vwa-freiburg.de/bachelor-wirtschaftspsychologie>

Gewerbe Akademie

Kaufmännische Qualifikation für Führungsaufgaben

In einem Fachkurs „Geprüfter Fachmann/Fachfrau für kaufmännische Betriebsführung (HwO)“ erlernen gewerblich-technische Mitarbeiter im Handwerk und auch anderen Branchen grundlegende kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kenntnisse. Das Wissen wird in vier Handlungsfeldern an der Gewerbe Akademie am Standort Freiburg ab dem 10. Februar 2020 in Vollzeitunterricht vermittelt. Drei Handlungsfelder befassen sich unter anderem mit Wettbewerbsfähigkeit, Gründung und Übernahme sowie Führungsstrategien in einem Unternehmen. In einem vierten Handlungsfeld geht es um die Buchhaltung im Handwerksbetrieb unter Einsatz branchenüblicher Software. Der Fachkurs kann unter bestimmten Voraussetzungen mit dem Bildungsgutschein der Arbeitsagentur gefördert werden. Weitere Auskünfte erteilt die Gewerbe Akademie, Telefon 0761 15250-25

Qualifikation zum Betriebswirt

Die Gewerbe Akademie Schopfheim startet am 21. Januar 2020 die Fortbildung „Geprüfter Betriebswirt (HwO)“. Die Unternehmerqualifikation findet berufsbegleitend mit Unterricht am Montag und Mittwoch ab 18.00 Uhr sowie einmal im Monat samstags statt. In vier Schritten werden die Teilnehmer für anspruchsvolle Führungsaufgaben im Betrieb geschult. Dazu gehören Unternehmensstrategie, Unternehmensführung, Personalmanagement und Innovationsmanagement wie betriebswirtschaftliche Lösungsansätze entwickeln, Präsentation und Fachgespräch. Rechnungswesen, Marketing, Personalführung und Personalentwicklung sind weitere Inhalte. Die Teilnehmer erreichen im deutschen Qualifikationsrahmen (DQR) das gleiche Qualifikationsniveau wie mit einem Masterabschluss. Die Kosten für die Weiterbildung können unter bestimmten Voraussetzungen durch das Aufstiegs Bafög gesenkt werden. Weitere Auskünfte erteilt die Gewerbe Akademie Schopfheim unter Telefon 07622 686815

verbraucherzentrale Baden-Württemberg

Kurkuma - eine Pflanze für alle Fälle?

Gegen Arthrose, Diabetes, Alzheimer und Krebs soll der Extrakt - das gelbe Curcumin - wirken. Trotz intensiver Forschung bleiben die meisten Fragen noch offen.

Das Wichtigste in Kürze: Erst den Arzt fragen!

Curcumin trägt nicht zur normalen Gelenkfunktion bei. Kurkuma- oder curcuminhaltige Nahrungsergänzungsmittel zählen zu den Lebensmitteln. Für sie sind krankheitsbezogene Aussagen generell verboten. Sollten Sie Curcumin zur Behandlung von Erkrankungen nehmen wollen, sprechen Sie Produkt, Dosierung und mögliche Nebenwirkungen unbedingt mit dem Arzt ab. Je nach Empfindlichkeit und Dosierung kann Kurkuma oder Curcumin-Extrakt zu Blähungen, Übelkeit oder Schmerzen im Verdauungstrakt führen. Schwangere und Stillende sowie Patienten mit Gallensteinen sollten auf Kurkuma-Nahrungsergänzungsmittel verzichten.

Auf was sollte ich bei der Verwendung von Kurkuma-Produkten achten?

In üblichen (Gewürz-)Mengen gegessen gilt Kurkuma als sicheres Lebensmittel. Es sind allerdings allergische Reaktionen bekannt. Je nach individueller Empfindlichkeit, Art des Extrakts und Höhe der Dosierung sind unerwünschte Wirkungen möglich. Das können Blähungen, Sodbrennen, Durchfall / erhöhte Stuhlfrequenz, Übelkeit oder Schmerzen im Verdauungstrakt sein. Beschwerden wurden bereits im Bereich von 180 Milligramm Curcumin beobachtet. Piperin, ein zur angeblich besseren Bioverfügbarkeit zugesetzter Pfefferextrakt, kann

ebenfalls zu Unverträglichkeiten führen. Halten Magen-Darm-Beschwerden länger an, sind sie stark oder treten häufig auf - unbedingt vom Arzt abklären lassen!

Curry und Kurkuma als Gewürze z. B. für asiatische Gerichte sind in den üblichen Dosierungen empfehlenswert und können helfen, Verdauungsbeschwerden vorzubeugen oder zu lindern. Als Mittel gegen Krankheiten ist der Kurkuma-Extrakt Curcumin noch nicht ausreichend erforscht und erprobt, bisher hauptsächlich in Labor- und Tierversuchen. Zulassungen als Arzneimittel gibt es in Deutschland nicht. Redaktionelle Beiträge hierzu - insbesondere zu Krebserkrankungen und Alzheimer-Krankheit - sollte mit Vorsicht betrachtet werden. Eine diesbezügliche Werbung ist verboten.

• **Wichtig: Aus Sicherheitsgründen sollten Schwangere und Stillende ganz auf Nahrungsergänzungsmittel mit Kurkuma verzichten. Gegen die Nutzung als Gewürz ist aber nichts einzuwenden.**

• **Personen, die an Gallensteinen leiden, sollten ebenfalls auf die Einnahme von Kurkuma-Extrakten verzichten. Diese können die Gallensaftproduktion und -abgabe fördern und so auch eine Gallenkolik auslösen.**

Kurkuma bzw. Curcumin wird in „reiner“ Form sehr schlecht über den Darm aufgenommen und vom Körper schnell wieder ausgeschieden. Daher werben einige Hersteller mit einer "besonders guten Bioverfügbarkeit" ihrer Produkte, beispielsweise durch Zusatz eines Extraktes aus schwarzem Pfeffer (Piperin) oder "Verpackung" des Curcumins in sogenannte Mizellen (Transportvehikel). Eine bessere Bioverfügbarkeit sagt aber über verbesserte Fähigkeiten und biologische Wirkungen dieses Produkts leider gar nichts aus. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) hat die gesundheitlichen Risiken von isoliertem Piperin bewertet und empfiehlt: Erwachsene sollten nicht mehr als 2 Milligramm isoliertes Piperin pro Tag über Nahrungsergänzungsmittel aufnehmen. Schwangeren rät das BfR von der Verwendung solcher Mittel ab.

Welche Inhaltsstoffe sind in Kurkuma enthalten?

Kurkumapulver enthält ätherische Öle, Harze, Eiweiße und Zuckerverbindungen sowie etwa 5 % Curcumin und andere Curcuminoide, die die gelbe Farbe verleihen und als die biologisch aktiven Inhaltsstoffe der Kurkumapflanze gelten. Sie werden aus dem getrockneten Wurzelgewebe (dem Rhizom) durch Lösungsmittel-Extraktion gewonnen und zählen zu den Polyphenolen.

In den Nahrungsergänzungsmitteln werden je nach Produkt und Anbieter völlig unterschiedliche Zutaten verwendet: Entweder reines Kurkuma-Pulver, nicht näher definierte "Kurkuma-Extrakte", Curcuminoide einschließlich Curcumin, Curcumin alleine - oder aber Varianten mit verschiedenen Zusätzen wie Extrakt von schwarzem Pfeffer (Piperin), Vitaminen (z.B. Vitamin D), vitaminähnliche Substanzen wie Cholin oder vielerlei anderen pflanzlichen Zusätzen. Aufgrund der Vielfalt der Zusammensetzungen sind die einzelnen Produkte kaum miteinander vergleichbar.

.....

**Rheinweiler:
Putz-/Haushaltshilfe gesucht,
1 x wö. 3-4 Std., Sa./So.,
Tel. 0151-23128309**



**Kostenlose Bewertung Ihrer Immobilie!
Rufen Sie mich gleich an:
07621 / 51 07 040
Tünde Frittmann • tuende.frittmann@remax.de**



Weihnachtsmarkt bei Bergers

Samstag, 30.11.2019

Viele verschiedene Vorführungen

- Metz OLED Fernsehgerät
- Jura J6 Kaffeeautomat
- Kitchen Aid Küchenmaschine
- Miele Triflex Akku-Sauger

Zuckerbrödl aus dem Siemens Backofen & Waffeln & Glühwein

Angebote und Aktionen

Metz Topas 55 OLED Fernsehgerät	2.999,- €
Block DAB+ / Internet-Radio CR-20	299,- €
Miele Triflex Akku-Sauger	519,- €
Braun Zahnbürste Genius 9100S statt UVP 299,99 €	159,99 €
Braun Rasierapparat 5030S statt UVP 199,99 €	129,99 €
Hekatron Feuerlöschspray	35,99 €

Qualität, kompetente Beratung, guter Service und viel Auswahl



Hilfe im Trauerfall

**BESTATTUNGEN
SIEGBERT MAYER**

Am Sonnenstück 3/1 · 79418 Schliengen
Telefon 07635 / 8 25 60 51

PC Techniker und DSL Technik behebt alle Probleme

Service vor Ort. Kein Erfolg, keine Kosten!
www.comvorse.de • Telefon 0179-967444 0

Wir drucken Ihre Traueranzeigen
und Danksagungen
schnell und zuverlässig!
Druckerei Aug. Schmidt, Müllheim
Werderstraße 31 • Telefon 07631 / 2770
druckerei-schmidt@gmx.de

druckerei  schmidt

E-Mail: druckerei-schmidt@gmx.de

M Ü L L H E I M

Tel. 07631-2770

**Aktuell
Neu im Angebot**

**Farbausdrucke von Ihrer
Datei bis Din A 0
Lieferung**

Montag und Mittwoch frei Haus Bad Bellingen

Ein herzliches Dankeschön
an alle, die uns ihre Anteilnahme am Tod von

Manfred Dehmer

zum Ausdruck gebracht haben. Sei es in persönlicher Begegnung, per geschriebenen Worten, mit einer Spende oder durch die Teilnahme an der Trauerfeier. Die hohe Wertschätzung, die ihm entgegengebracht wurde, ist uns ein großer Trost!

Dank auch allen, die ihm und uns in den vergangenen vier Jahren auf seinem beschwerlichen Weg geholfen und damit dazu beigetragen haben, dass dieser letzte Abschnitt seines Lebens sogar ein sehr wertvoller werden konnte.

Familie Dehmer
Hertingen, im November 2019

**WEINGUT
MARIENHEIM**

Adventsangebot

Bis zu **20%** auf das gesamte
Weinsortiment ab Weingut Bamlach,
Probsteiweg 2, Tel.: 07635-825225
Mo-Fr 16-18 Uhr, Fr+Sa 9-12 Uhr

Für die zahlreichen Glückwünsche, Geschenke
und Aufmerksamkeiten zu meinem

80. Geburtstag

möchte ich mich hiermit recht herzlich bei meiner Familie, meinen Verwandten, Nachbarn und Bekannten sowie der Gemeinde Bad Bellingen und den Vereinsvertretern der Chorgemeinschaft Bad Bellingen, des VfR Bad Bellingen und dem Musikverein Bad Bellingen bedanken.

Adolf Feil
November 2019

 **Kiwanis**

Kiwanis Minerva

Trödelmarkt
Samstag, **30.11.2019**
von 11 - 16 Uhr · Müllheim
Werderstraße 31

Der Reinerlös aus dem Verkauf wird der Evang. Jugendhilfe, Kirschbäumleboden in Müllheim projektbezogen gespendet. Dadurch können wir gezielt den benachteiligten Kindern in der Region helfen.

