



Herausgeber: Bürgermeisteramt St. Märgen, Telefon 07669 9118-0, Telefax 07669 9118-40, e-mail: standesamt@st-maergen.de, Internet: www.st-maergen.de. **Verantwortlich für den redaktionellen Teil:** Bürgermeister Josef Waldvogel, **für den übrigen Inhalt:** A. Stähle, Stockach, **Druck:** Primo Verlag Stockach, A. Stähle, Maßkircher Str. 45, 78333 Stockach, Telefon 07771 9317-11, Telefax 07771 9317-40, E-Mail: info@primo-stockach.de, Internet: www.primo-stockach.de

Nr. 14/2010

Mittwoch, 7. April 2010

AKTUELLE WOCHE

Stutbuchaufnahme

Am **Donnerstag, 08. April 2010** findet ab 13.00 Uhr die Stutbuchaufnahme der Schwarzwälder Kaltblutstuten in der Weißtannenhalle in St. Märgen statt. Für einen Imbiss sorgt der Förderverein Jugend und

Sport. (Ab 09.00 Uhr werden die Stuten in Elzsch-Prechtal in der Reithalle beim Facklerhof ins Zuchtbuch aufgenommen.)

Schadstoffsammlung

Die nächste Schadstoffsammlung findet am **Donnerstag, 08.04.2010**, von 08.00 - 10.30 Uhr beim Bauhof, Bächleweg, statt.

Wehrdienstberatung

Donnerstag, 15.04.2010, 14.00 - 17.00 Uhr im Rathaus Neustadt, Pfauenstr. 2.

Telefonische Terminvereinbarung unter 0761 3194258 oder 3194259.

AUS DEM GEMEINDERAT

Öffentliche Sitzung des Gemeinderats von St. Märgen

Am **Dienstag, dem 13. April 2010**, findet um 19.30 Uhr im Sitzungssaal des neuen Rathauses eine öffentliche Sitzung des Gemeinderats statt, zu der hiermit eingeladen wird:

Tagesordnung:

- 4.1 Ehrung von Blutspender
- 4.2 Gemeindevald - Vollzug für das Forstwirtschaftsjahr 2009
Teilnehmer:
Revierleiter Hansjörg Bockstaller
- 4.3 Bebauungsplan Natur-Erlebnis-Park Pfisterwald

- Aufstellungsbeschluss und Beschluss der Frühzeitigen Beteiligung der Öffentlichkeit, der Behörden und sonstigen Träger öffentliche Belange zur 2. Änderung
- 4.4 Bekanntgaben
- 4.5 Frageviertelstunde

Für unsere Mitbürger NOTIERT

Bitte spenden Sie Blut - jetzt!

Über 3 000 Blutspenden werden jeden Tag in den Kliniken in Baden-Württemberg und Hessen benötigt. Vielen Patienten, unter ihnen Krebspatienten und Unfallopfer, kann nur mit gespendetem Blut geholfen werden. Daher bittet das Deutsche Rote Kreuz dringend um Ihre Blutspende am

Mittwoch, dem 14.04.2010 von 15.00 Uhr bis 20.00 Uhr Schule / Festhalle, Mühlegraben 4, 79271 St. Peter.

Für Ihre Kinder ist eine Spielecke eingerichtet!

Weitere Informationen zur Blutspende erhalten Sie unter der gebührenfreien DRK-Service-Hotline 0800 1194911 und im Internet (www.blutspende.de).

Der VdK Sozialrechtsschutz gGmbH informiert

Der nächste **Sprechtag** von Sozialrechtsreferentin Frau Biehler findet statt am **Diens-**

tag, 20. April 2010 in Neustadt im Rathaus, in der Zeit von 10.00 - 12.00 Uhr. Beratung und Vertretung in allen sozialrechtlichen Fragen, z.B. Schwerbehindertenrecht, gesetzlichen Renten-, Kranken- und Pflegeversicherung.
Sprechtag Geschäftsstelle Freiburg, Bertoldstr. 44, jeweils montags nach Terminvereinbarung, Tel. 0761 50449-0.

Vorabinfo: nächster Sprechtag in Neustadt am 18. Mai 2010.

Tastaturschreiben in wenigen Stunden für Erwachsene und Kinder

Mit einer spannenden Geschichte lernen wir die Tastatur kennen. Jeder Taste wird ein Bild aus dieser Geschichte und eine Farbe zugeordnet. So wird die Lage der Tasten sehr schnell erarbeitet. Natürlich darf auch das Üben nicht fehlen, so sollten Sie jeden Tag zwischen 10 und 15 Minuten üben, um Ihre Finger fit zu machen. Dazu gibt es eine

spannende Übungssoftware, die Sie auch von zu Hause benutzen können.

Bitte mitbringen: Buntstifte in rot, blau, grün und gelb.

Voraussetzungen: bei Kindern müssen die Finger lang genug sein, um die Tastatur bedienen zu können, außerdem müssen Sie sich konzentrieren und gut zuhören können.

Kursgebühren: Erwachsene 55 €, Jugendliche 38 € incl. Unterrichtsmaterial, 55 €

Leitung: Annette Brüchig

- 4 Termine montags **ab 12. April**, jeweils von 17.00 - 19.00 Uhr, Schule St. Märgen, Computerraum

Töpfern mach Spaß

Der Kurs ist ausgebucht!

- 4 Termine freitags **ab 16. April** von 16.30 bis 18.00 Uhr, Schule St. Märgen, Werkraum

Selbstverteidigungskurs für Frauen ab 14 Jahren

Der Schwerpunkt des Kurses liegt im Einüben effektiver und schnell zu erlernender

Fortsetzung siehe Seite 3

Redaktionsschluss und Anzeigenschluss

für das Mitteilungsblatt St. Märgen ist jeweils Montag, 10.00 Uhr, auf dem Rathaus.

Die Verteilung erfolgt jeweils mittwochs.

Änderungen bezüglich Feiertagen entnehmen Sie dem aktuellen Mitteilungsblatt.



WICHTIGE TELEFON-NUMMERN · EINRICHTUNGEN U. ADRESSEN

▼ ÄRZTLICHER NOTDIENST

Ärztlicher Notfalldienst an den Wochenenden und Feiertagen:

Ärztlicher Notdienst, Notfallpraxis:
Tel. 0761 8099800

Zahnärztliche Notrufnummer an den

Wochenenden und Feiertagen:
0180 3222555 45

Rettungsdienst: Tel. 19222 (ohne Vorwahl)

▼ APOTHEKE

Samstag, 10.04.2010

Eulogius-Apotheke, Freiburger Str. 1
79853 Lenzkirch, Tel.: 07653 6323
St. Gallus-Apotheke, Hauptstr. 17
79199 Kirchzarten, Breisgau, Tel.: 07661 5047

Sonntag, 11.04.2010

Kloster-Apotheke St. Märgen, Wagensteigstr. 11
79274 St. Märgen, Tel.: 07669 219
Titisee-Apotheke, Jägerstr. 2
79822 Titisee-Neustadt (Titisee), Tel.: 07651 8202

Montag, 12.04.2010

Bromberg-Apotheke, Talstr. 22
79102 Freiburg (Stadt), Tel.: 0761 700000
Schwarzwald-Apotheke Hinterzarten,
Freiburger Str. 4

79856 Hinterzarten, Tel.: 07652 91140

Dienstag, 13.04.2010

Kloster-Apotheke Oberried, Hauptstr. 9
79254 Oberried, Breisgau, Tel.: 07661 2766
Münster-Apotheke, Scheuerlenstr. 20
79822 Titisee-Neustadt (Neustadt),
Tel.: 07651 922660

Mittwoch, 14.04.2010

Kur-Apotheke Kirchzarten, Hauptstr. 16
79199 Kirchzarten, Breisgau, Tel.: 07661 4333
Park-Apotheke, Kirchplatz 7
79853 Lenzkirch, Tel.: 07653 290

Donnerstag, 15.04.2010

See-Apotheke Schluchsee, Fischbacher Str. 11
79859 Schluchsee, Tel.: 07656 593
St. Blasius-Apotheke, Lärchenstr. 2
79256 Buchenbach, Breisgau, Tel.: 07661 7230

Freitag, 16.04.2010

Marien-Apotheke, Am Hirschenbuckel 4
79822 Titisee-Neustadt (Neustadt), Tel.: 07651 7375
St. Barbara-Apotheke, Lindenmattenstr. 40
79117 Freiburg (Littenweiler), Tel.: 0761 611260

Öffnungszeiten Kloster-Apotheke St. Märgen,

Tel. 2 19: Mo. - Sa., 08.30 - 12.30 Uhr;
Mo., Di., Do., Fr., 14.30 - 18.00 Uhr.

Mittwochnachm. geschlossen.

▼ SONSTIGE HILFSDIENSTE

Babysitterdienst: Telefon 07669 719

Notdienst für Strom: EnBW Regional AG,
Regionalzentrum Rheinhessen, Tel. 0800 3629477

Mobiler Sozialer Dienst (Pflegedienst des DRK):

Behandlungspflege, Grundpflege, Hauswirt-
schaftliche Hilfe, Vermittlung anderer Hilfen...;
Ansprechpartner/Einsatzleitung: Anni Schwer,
Tel. 07660 920353 oder 0175 2244311.

Fachstelle Sucht (bwlw): Beratung, Behandlung,
Prävention. Adolph-Kolping-Str. 19, 79822 Titisee-
Neustadt, Tel. 07651 2422, Hauptstelle Freiburg:
Tel. 0761 156309-0.

Kirchliche Sozialstation Dreisamtal e.V.:

Grund- und Behandlungspflege, Hilfe im Haushalt,
Beratung, Betreuung und Begleitung, Telefon
07661 98680, rund um die Uhr erreichbar.

Einsatz Dorfhelferin: 07661 7077

Essen auf Rädern: Caritasverband Breisgau-
Hochschwarzwald, Tel. 07651 911843

Hospizgruppe Dreisamtal: 07661 3139.

Rechtsanwalt-Notdienst: Tel. 0172 7451940
(18.00 - 08.00 Uhr. Samstags, sonn- und feiertags
rund um die Uhr).

Integrationsfachdienst: Beratungsstelle für
schwerbehinderte, psychisch erkrankte und hör-
behinderte ArbeitnehmerInnen und deren Arbeitge-
ber. Holzmarkt 8, Freiburg,
Tel. 0761 36894500, Fax: 0761 36894455.

Tageselternverein Dreisamtal/Hochschwarz-

wald: Sprechzeiten Hochschwarzwald:
Mo., 14.30 - 16.30 Uhr und nach Vereinbarung,
Rathaus Neustadt, Nebengebäude 2. Stock,
Tel. 07651 972051, tagesmuetter-hsw@gmx.de.

Landwirtschaftlicher Betriebsshelferdienst

Südbaden e.V., St. Ulrich: Tel. 07602 9101-26

Polizei-posten Hinterzarten: Rathausstraße 6,

79856 Hinterzarten, Telefon 07652 91770,
Fax 07652 917729,
Email: pp.hinterzarten@pdf.r.bwl.de

Bestattungen Horizonte Dreisamtal:

Alfred Schwär, St. Peter, Tel. 07660 9208050

Kath. Kirchengemeinde St. Märgen, Pfarrbüro,

Tel. 9103-0, Öffnungszeiten, Mo.: 09.30 - 11.30 Uhr,
Di.: 17.00 - 19.30 Uhr, Mi./Fr.: 08.30 - 11.30 Uhr

Öffnungszeiten des Kindergarten St. Michael,

Tel. 4 70: Montag bis Freitag 07.30 - 13.30 Uhr,
Dienstag und Donnerstag 14.00 - 17.00 Uhr

Pfarrbücherei: Donnerstag, 16.00 - 18.00 Uhr,
Samstag, 18.00 - 19.00 Uhr

Öffnungszeiten im Rathaus St. Märgen (10.04. - 16.04.2010)

Bürgermeisteramt:

Montag, Dienstag	08.00 - 12.00 Uhr, 14.00 - 16.00 Uhr
Mittwoch, Freitag	08.00 - 12.00 Uhr, nachmittags geschlossen
Donnerstag	08.00 - 12.00 Uhr, 14.00 - 18.00 Uhr

Gemeindekasse:

Montag	08.00 - 12.00 Uhr, 14.00 - 16.00 Uhr
Di., Mi., Fr.	08.00 - 12.00 Uhr, nachmittags geschlossen
Donnerstag	08.00 - 12.00 Uhr, 14.00 - 18.00 Uhr

Tourist-Information:

Montag - Freitag	09.00 - 12.00 Uhr, 14.00 - 17.00 Uhr
------------------	---

Selbstverteidigungstechniken und Bewegungsabläufen. Aber auch simple (häufig unbekannt) psychologische „Selbstverteidigungstricks“, die so manche unangenehme Situation schon bevor „es ernst wird“ entschärfen können, kommen zur Sprache und werden den Teilnehmerinnen vermittelt. Ebenso erhalten alle Teilnehmerinnen im Rahmen dieses 2-tägigen Workshops zu-

sätzliches Informationsmaterial zum umfangreichen und weit gefassten Thema „Selbstverteidigung“. Teilnehmerinnen, die diesen Kurs bereits in den vergangenen Semester besucht haben und „alles auffrischen“ möchten, bezahlen bei diesem Kurs nur die halbe Kursgebühr! Bitte lockere Sportbekleidung mitbringen und keinen Schmuck tragen!

Leitung: Martin Schaffert
- Wochenendkurs am Samstag, 24. und Sonntag, 25. April, jeweils 10.00 bis 16.15 Uhr, Schule St. Märgen, Turnhalle

Anmeldungen für alle Kurse nimmt die VHS in St. Märgen, Telefon 07669 486 oder per Fax unter 07669 9218007 entgegen!

TOURIST-INFORMATION

Veranstaltungen

Donnerstag, 08.04.2010

10.00 - 17.00 Uhr, St. Märgen,
Kloster Museum, Rathausplatz 1
Mittagspause: 13.00 - 14.00 Uhr
Kloster Museum - Landschaft, Kunst, Uhrengeschichte

Die Klosterkirche - der Klosterbildhauer Matthias Faller - die Schwarzwälder Uhr - eine Reise ins Uhrenland - Schwarzwälder Hinterglasmalerei
Sonderausstellung vom 28.03. bis 31.10.2010 "Passion und Osterfreude - Religiöse Volkskunst". Sonderführungen an den Öffnungstagen 11.00 Uhr bis 24.05.2010

Öffnungszeiten / Führungen: 01. Mai bis 01. November und in den Weihnachts-, Faschnachts- und Osterferien: Mi. u. Do., 10.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 17.00 Uhr, Sonn- und Feiertag, ganzzjährig: 10.00 - 13.00 Uhr. Führungen jeweils um 11.00 Uhr

Donnerstag, 08.04.2010

13.00 - 16.00 Uhr, St. Märgen, Reitplatz
Stutbuchaufnahme
Beurteilung der Schwarzwälder Kaltblutstuten. Jungstuten ab drei Jahren erhalten ihre Bewertung für das Rasse-Zuchtbuch.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Sonntag, 11.04.2010

10.00 - 13.00 Uhr, St. Märgen,
Kloster Museum, Rathausplatz 1
Kloster Museum - Landschaft, Kunst, Uhrengeschichte

Die Klosterkirche - der Klosterbildhauer Matthias Faller - die Schwarzwälder Uhr - eine Reise ins Uhrenland - Schwarzwälder Hinterglasmalerei
Sonderausstellung vom 28.03. bis 31.10.2010 "Passion und Osterfreude! - Religiöse Volkskunst." Sonderführungen an den Öffnungstagen 11.00 Uhr bis 24.05.2010

BERICHTE DER VEREINE

Altenwerk

Liebe Seniorinnen und Senioren,
am **19. April 2010** starten wir in die wärmere Jahreszeit mit einer **Blütenfahrt an den schönen Bodensee**, wozu Sie alle herzlich eingeladen sind.

Eine Einkehr zum Vespere irgendwann und irgendwo unterwegs versteht sich von selbst.

Abfahrt um 13.00 Uhr am Rathaus. Zustiegmöglichkeit Richtung Thurner.

Anmeldung bitte möglichst bald, wie üblich, bei Franz Wagner, Telefon 921006.

Sportverein St. Märgen

E-Junioren

FR 09.04.10 18:00

SV Hölzlebruck : SV St. Märgen

C-Junioren

FR 09.04.10 18:30

SV Eisenbach : SV St. Märgen

B-Juniorinnen

SA 10.04.10 14:00

SV Ewattingen : SV St. Märgen

D2-Junioren

SA 10.04.10 14:00

SV St. Märgen 2 : FC Neustadt 2

A-Junioren

SA 10.04.10 15:30

SG St. Märgen : FC Lenzkirch

Herren 2

SO 11.04.10 13:15

SV Saig 2 : SV St. Märgen 2

Frauen

SO 11.04.10 14:00

DJK Villingen : SV St. Märgen

Herren

SO 11.04.10 15:00

SV Saig : SV St. Märgen

Herren

MI 14.04.10 19:00

SV St. Märgen : FC Bräunlingen

Kleintierfreunde St. Märgen

Die Kleintierfreunde St. Märgen treffen sich am **Samstag, den 10.04.2010** um 20.00 Uhr im Hotel Löwen in St. Märgen.

Es findet unter anderem eine Tierbesprechung statt. Des weiteren können immer noch Ringe bestellt und Eier für den Brutapparat gebracht werden.

Eingeladen sind alle Mitglieder und Freunde unseres Vereins.

Die Vorstandschaft

Termine der Freiwilligen Feuerwehr St. Märgen

12. April

20.00 Uhr, Hauptprobe, alle Gruppen
(Vorbereitung Christian + Jürgen)

Der Landfrauenverein

lädt alle Mitglieder, Freunde und Interessierten zur **Jahreshauptversammlung** am **Freitag, 16. April** um 20.00 Uhr in das Hotel Hirschen herzlich ein.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Tätigkeitsbericht
3. Kassenbericht
4. Kassenprüfbericht
5. Entlastung des gesamten Vorstandes
6. Ehrungen
7. Bericht aus dem Verband / Bezirk
9. Verschiedenes

Wir würden uns über zahlreiches Erscheinen sehr freuen.

Glasklare Sache

Erfolgreich werben mit Anzeigen in den Amts-, Mitteilungs- und Infoblättern Fachverlag für Amts-, Mitteilungs- und Infoblätter

Meßkircher Straße 45, 78333 STOCKACH, Telefon 07771/93 17 - 11, Fax 07771/93 17 - 40, e-mail: anzeigen@primo-stockach.de, Internet: www.primo-stockach.de



INTERESSANTES & WISSENSWERTES

Das Besondere am Feldberg... wer kommt auf den Feldberg

Andreas Altmann, Literat und Weltenbummler, Lesung "Triffst du Buddha, töte ihn!" am **12.04.2010** um 15.00 Uhr in der Aula des Caritas-Haus Feldberg.

Montag, den 12. April, 19.00 Uhr, Vortrag: „Hilfe, mein Kind wird erwachsen“. Der Eintritt ist frei. Vortragsort ist das Caritas-Haus Feldberg, Passhöhe 5 in Feldberg. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.caritas-haus-feldberg.de.

Kultur im Kursaal Neustädter Hof, Titisee-Neustadt

„Moulin Rouge“ - Musical

von Jaques Offenbach und Johann Strauss
Samstag, 17. April 2010, 20.00 Uhr

Kartenvorverkauf: Theaterkasse Neustädter Hof, Tel. 07651 936880

Weitere Vorverkaufsstellen: Alle Infostellen der Hochschwarzwald Tourismus GmbH, Online-Tickets: www.reservix.de

Einladung zum Helferfest im Europapark

Hinweise zur Anmeldung und Fahrt in den Europapark

Am **Samstag, 17. April 2010** findet im EUROPA-PARK in Rust das Helferfest für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der FIS-Nordischen Junioren-Weltmeisterschaft 2010/U23 WM Langlauf 2010 statt.

Es ist notwendig, dass die Helferinnen und Helfer sich anmelden. Hierfür ist beim EUROPA-PARK eine Homepage geschaltet. Bitte beachten: **Nur über diese Homepage ist die Anmeldung möglich.**

Die Internetadresse lautet:

www.europapark.de/helferfest

Anmeldeschluss ist:

Freitag, 09. April 2010

Wichtig ist auch, dass alle ihre Akkreditierung mitbringen. Wer die Akkreditierung nicht mehr auffinden kann, soll sich melden, damit eine Ersatzakkreditierung ausgestellt werden kann.

Die Fahrt in den EUROPA-PARK erfolgt mit einem Sonderzug der Deutschen Bahn AG, der ab Neustadt eingesetzt ist. Die Kosten trägt die Deutsche Bahn AG.

Folgender Fahrplan gilt:

	Abfahrt	Ankunft (Rückfahrt)
Neustadt (Schw)	07.31 Uhr	20.16 Uhr
Titisee	07.38 Uhr	20.08 Uhr
Hinterzarten	07.44 Uhr	20.02 Uhr
Kirchzarten	08.04 Uhr	19.30 Uhr
Freiburg Hbf *)	08.15 Uhr	19.15 Uhr
Ringsheim	08.44 Uhr	18.36 Uhr

*) Der Bahnsteig auf dem Hbf Freiburg ist noch nicht bekannt. Er wird in der o.g. Homepage veröffentlicht werden.
Vom Bhf. Ringsheim ist ein Bustransfer in den Europapark organisiert.

Wir bitten, dieses Angebot der Deutschen Bahn AG auch anzunehmen und wenn möglich von Individualfahrten abzusehen.

Benefizveranstaltung der Lebenshilfe Hochschwarzwald

Ein Abend in herrlicher Hochschwarzwälder Mundart verspricht der **17. April 2010** in Röttenbach zu werden. Unter dem Motto „Mundartrockner trifft Stubenhocker“ erlauben der Kabarettist Martin Wangler und die Mundartband LUDDI einen entlarvenden Blick hinter die Fassade von Bollenhut und Kirschtorte... Erleben Sie Schwarzwälder Urgewalt - völlig nebenwirkungsfrei! Kabarett und Mundartrock - unplugged! Wer also auf Mundart, Kabarett und fetzige Musik steht, sollte diesen Abend nicht verpassen.

*Lebenshilfe Hochschwarzwald,
Wilhelm-Stahl-Str. 11,
79822 Titisee-Neustadt, Tel. 07651 4842,
E-mail: pfeiffer@lebenshilfe-hsw.de*

Nordic Walking-Aktionstag

„Fit in den Frühling!“ Nordic Walking-Aktionstag in Freiamt am **Sonntag, 18. April 2010**, von 09.00 - 13.00 Uhr, Startpunkt Kurhaus Freiamt. Weitere Infos: Tourist-Information Freiamt, Telefon 07645 91030, Internet www.freiamt.de.

IKS, Zell i.W.

Seminarangebote

Für den Bereich Pädagogik und Management im April/Mai: Babymassage, die beruhigende Hand - Kontakt, Wärme Geborgenheit, Seminar für Kinder unter drei Jahren, Freitag, 23.04.2010.

Theater, Theater... Jeux Dramatiques - Ausdrucksspiel aus dem Erleben
Montag, 26.04. und Dienstag, 27.04.2010.
Orientierungsplan Baustein 3: Papa ante portas, Montag, 03.05.2010.

Kinderwerkstatt und Malatelier - Ästhetische Bildung für Kinder in vorbereiteten Räumen, Freitag, 16.04. und Samstag, 17.04.2010.

Anders, aber anders als Du denkst... Hochbegabung in Kindertageseinrichtungen und Grundschule, Donnerstag, 15.04.2010. „Die Grenzen meiner Sprache sind die Grenzen meiner Welt!“ Förderung der sprachlichen und stimmlichen Entwicklung, Montag, 19.04.2010.

Training für eine sichere und erfolgreiche Gesprächsführung, Mittwoch, 21.04. und Donnerstag, 22.04.2010. Persönliche Arbeitstechniken/Selbstmanagement, Samstag, 24.04.2010.

Nähere Informationen: IKS Institut für Bildung und Management,
Tel. 07625 918837-0,
info@iks-zell.de, www.iks-zell.de.

Oster-Gewinnspiel zur RegioKarte Schüler/Azubi

5 x 2 Eintrittskarten für ICH & ICH zu gewinnen

Der Regio-Verkehrsverbund Freiburg veranstaltet in den Osterferien ein Online-Gewinnspiel zur RegioKarte Schüler/Azubi unter www.regiokarte-schueler.de.

Zu gewinnen gibt es 5 x 2 Eintrittskarten für die Konzerttour „Gute Reise“ der Gruppe ICH & ICH am 30. April 2010 in der Rothaus Arena auf dem Messegelände in Freiburg.

Die RegioKarte Schüler/Azubi bietet in den Osterferien zusätzliche Mobilität: Mit der fanta5-Regelung an landesweiten Ferientagen können nicht nur im RVF Busse und Bahnen benutzt werden, sondern rund um die Uhr auch in den vier Nachbarverbänden TGO, VSB, RVL und WTV. Freie Fahrt von Basel nach Offenburg, von Breisach bis Villingen-Schwenningen.

Teilnahme und Infos:

www.regiokarte-schueler.de.

KANDELhighLIGHT der KLJB Freiburg

Eine Woche auf dem Kandelhöhenweg gemeinsam unterwegs. Wir wollen zusammen in 5 Tagesetappen den Kandelhöhenweg von Oberkirch nach Freiburg bestreiten, Gemeinschaft und das Gefühl des „unterwegs seins“ erleben. Begleiten werden uns phantastische Fernsichten in die Rheinebene, zum Kaiserstuhl und in die Vogesen. Dazwischen gibt es immer wieder Gelegenheit Neues zu entdecken, Kraft zu schöpfen und die Gegenwart Gottes im eigenen Leben zu spüren.

Datum: Montag, 31.05.2010 bis Sonntag, 06.06.2010, Anmeldeschluss: 18.04.2010.

Anmeldung und weitere Informationen: Diözesanstelle der KLJB in Freiburg, Email: info@kljb-freiburg oder Tel. 0761 5144-238.

bunt statt blau: DAK startet Kampagne gegen Komasaufen

Drogenbeauftragte und Pop-Band „Monrose“ unterstützen Jugend-Plakat- wettbewerb

Die DAK startet eine bundesweite Kampagne gegen den zunehmenden Alkoholmissbrauch von Kindern und Jugendlichen. Unter dem Motto „bunt statt blau“ werden bis Ende April die besten Plakate von Jungen und Mädchen im Alter zwischen 12 und 17 Jahren gesucht. Die Schirmherrschaft übernimmt die Drogenbeauftragte der Bundesregierung. Auch die bekannte Pop-Band „Monrose“ unterstützt die Initiative, bei der bundesweit über 11 000 Schulen eingebunden werden. Der Bundessieger bekommt 1 500 Euro als Hauptgewinn.

Hintergrund der Aktion: Obwohl der regelmäßige Alkoholkonsum insgesamt zurückgeht, nimmt gleichzeitig das so genannte Komasaufen stark zu. Allein in Freiburg gab es 172 Klinikbehandlungen von Mädchen und Jungen.

Informationen gibt es in allen DAK-Servicezentren oder unter

www.dak-buntstattblau.de.

13. Black Forest ULTRA Bike Marathon

Mit der diesjährigen Generalversammlung hat sich das Organisationskomitee selbst den Startschuss für die 13. Auflage des größten Mountainbike-Marathons in Mitteleuropa am 20. Juni gegeben. Und so laufen die Vorbereitungen für das große Rennen quer durch den Schwarzwald auf Hochtouren. Ebenfalls auf Hochtouren laufen die Anmeldungen. Das trotz des heftigen und langen

Winters. „Wir haben bereits die 1 200er Marke geknackt“, kann Erhard Eckmann kaum glauben. Der OK-Chef frohlockt: „Das sind irre 25 Prozent mehr als im März 2009!“ Sollte sich dieser Trend nur halbwegs fortsetzen, wird der Teilnehmerrekord aus dem Vorjahr (4 985 gemeldete Biker) dieses Mal gleich wieder übertroffen...

Auch in diesem Jahr wartet auf alle Teilnehmer wieder ein äußerst lukratives (und praktisches) Startgeschenk.

„Zeit ist Hirn“ - Was tun bei einem Schlaganfall?

Alarmzeichen erkennen und richtig Erste Hilfe leisten

Täglich erleiden rund 500 Menschen einen Schlaganfall. Noch immer stirbt jeder dritte Patient. Schlaganfälle sind die dritthäufigste Todesursache und der häufigste Auslöser für Invalidität im Erwachsenenalter. Schnelle Hilfe bei den ersten Anzeichen kann das Schlimmste verhindern und die Folgen deutlich abschwächen.

Plötzlich fällt die Kaffeetasse aus der Hand oder ein Satz bricht unvermittelt während des Sprechens ab, bleibt buchstäblich „im Halse stecken“: Lähmungen, Sprach- und Sehstörungen sowie Schwindel bis hin zu Bewusstseinsstörungen sind deutliche Symptome. Aber auch Übelkeit und Erbrechen, Kribbeln in Arm, Bein oder Gesicht oder sehr starke Kopfschmerzen können schon auf einen möglichen Schlaganfall hindeuten.

Jetzt zählt jede Minute. Rasches Erkennen sowie richtiges Reagieren von Angehörigen und Mitmenschen sind für den Betroffenen

überlebenswichtig. Der Betroffene muss sofort in die Klinik, deshalb umgehend unter 112 den Rettungsdienst rufen. Bis der Notarzt eintrifft helfen einige einfache, aber effektive Maßnahmen: Den Betroffenen beruhigen, für frische Luft sorgen, auf eine bequeme Lage achten und beengende Kleidung lockern. Wenn der Betroffene noch sprechen kann, sollte man den Oberkörper leicht erhöhen. Nichts zu essen oder zu trinken geben, da Erstickung droht! Bei Bewusstlosigkeit sollte der Betroffene in die stabile Seitenlage gebracht und regelmäßig die Atmung kontrolliert werden.

Ausgelöst wird der Schlaganfall, wenn Blutgefäße verstopft sind oder platzen. So entsteht ein Sauerstoffmangel, der die Hirnfunktionen und somit die Steuerung des Körpers beeinträchtigt. 80 Prozent aller Betroffenen sind älter als 60, aber die Erkrankung tritt in jeder Altersgruppe auf. Jährlich erleiden sogar 200 bis 300 Kinder einen Schlaganfall. Zu den Ursachen gehören neben erblicher Veranlagung vor allem Risikofaktoren wie Rauchen, Bluthochdruck, Diabetes und bei Frauen die Einnahme der Antibabypille. Um auf Nottfälle gut vorbereitet zu sein, empfehlen die Johanniter eine jährliche Auffrischung der Erste-Hilfe-Kenntnisse.

Ende des redaktionellen Teils



2 : 0 für den Primo Verlag!

Mit einer Anzeige in den **Primo Heimatblättern** können Sie nur gewinnen, denn dort kommen auch Kleine ganz groß raus!



Primo Verlag, Meßkircher Straße 45, 78333 STOCKACH, Tel. 07771/93 17 - 11, Fax 07771/93 17 - 40
e-mail: anzeigen@primo-stockach.de, Internet: www.primo-stockach.de

