



Mitteilungsblatt

Mitteilungsblatt der Verwaltungsgemeinschaft Marktleugast und deren

Mitgliedsgemeinden Markt Marktleugast und Markt Grafengehaig

Jahrgang 44

Freitag, den 3. Februar 2023

Nummer 2



Neujahrs- und
Ehrenamtsempfang
des Marktes Marktleugast

Telefonverzeichnis der Verwaltungsgemeinschaft Marktlegast

Name E-Mail-Adresse	Zimmer	Durchwahl
Uome, Franz Erster Bürgermeister Markt Marktlegast buergemeister@marktlegast.de	4	947-10
Burger, Werner Erster Bürgermeister Markt Grafengehaig burger@grafengehaig.de	4	355 Grafengehaig
Laaber, Michael Geschäftsstellenleitung laaber@marktlegast.de	4	947-13
Rau, Stefanie Sekretariat, Volkshochschule, Tourismus poststelle@marktlegast.de	4	947-10
Fechner, Cedric Bauamt fechner@marktlegast.de	3	947-14
Gössler, Sabine Bauamt goessler@marktlegast.de	3	947-28
Taig, Norbert Liegenschaftsverwaltung taig@marktlegast.de	3	947-15
Purucker, Sarah Liegenschaftsverwaltung purucker@marktlegast.de	3	947-29
Witzgall-Gramalla, Gaby Kasse witzgall@marktlegast.de	3	947-26
Knarr, Mandy Kämmerei knarr@marktlegast.de	2	947-19
Oltsch, Lisa Kämmerei oltsch@marktlegast.de	2	947-18
Ott, Felix Kasse ott@marktlegast.de	2	947-24
Knarr, Melanie Kasse knarr_m@marktlegast.de	2	947-16
Lehmann, Benedikt Gewerbe- und Ordnungsamt, Feuerwehrwesen, Standesamt lehmann@marktlegast.de	1	947-22
Titus, Melissa Einwohnermeldeamt, Friedhofsverwaltung titus@marktlegast.de	1	947-20
Pflug, Martina Einwohnermeldeamt, Friedhofsverwaltung pflug@marktlegast.de	1	947-21
Telefax: (0 92 55)	947-50	

Dienstzeiten

Verwaltungsgemeinschaft Marktlegast Neuensorger Weg 10

Montag bis Freitag 08.00 bis 12.00 Uhr
und zusätzlich

Donnerstag 15.00 bis 17.30 Uhr

Erster Bürgermeister Franz Uome

Montag bis Mittwoch 08.30 bis 12.00 Uhr
und 14.00 bis 17.00 Uhr

Donnerstag 08.30 bis 12.00 Uhr
und 15.00 bis 17.30 Uhr

Freitag 08.30 bis 12.30 Uhr

Außerhalb der Dienstzeiten

Termine jeweils nach Vereinbarung

Erster Bürgermeister Werner Burger im Rathaus Grafengehaig

Montag bis Freitag 07.30 bis 09.30 Uhr

Außerhalb der Dienstzeiten

Termine zusätzlich täglich nach Vereinbarung

in der Verwaltungsgemeinschaft Marktlegast

Termine jeweils nach Vereinbarung

Bekanntmachungen



Wohnungen & Häuser

GESUCHT

In unserer Verwaltungsgemeinschaft treffen immer wieder Anfragen nach freien Wohnungen und Häusern in unseren Gemeindegebieten Marktlegast und Grafengehaig ein.

Haben Sie Wohnungen/Häuser zu vermieten oder zu verkaufen?

Bitte melden Sie sich bei unserem Herrn Norbert Taig, Tel. 09255/ 947-15. Nur so können wir Ihnen die Anfragen weitervermitteln.

Vielen Dank!



Für kürzere Wartezeiten und einen reibungslosen Ablauf ist die Online-Reservierung Ihres Termins notwendig. Wir freuen uns auf Sie!

Freitag

10.02.

16:30–20:00 Uhr

MARKTLEUGAST

Grund- und Mittelschule

Neuensorger Weg 10

www.blutspendedienst.com/marktleugast



Schnell zum Wunschtermin:

1. Website aufrufen oder QR-Code scannen
2. Anmelden
3. Termin wählen
4. Bestätigung per E-Mail bekommen

Bitte mitbringen: Personal- und Blutspendeausweis (falls vorhanden)!

i Infos: 0800 11 949 11 (kostenfrei)
oder info@blutspendedienst.com
Überprüfen der Spendefähigkeit:
blutspendedienst.com/spendecheck

Blutspendedienst
des Bayerischen Roten Kreuzes



**Besondere Leistungen
haben auch eine besondere
Entlohnung verdient!**



Die Bürgermeister der Märkte Marktkeugast und Grafengehaig ehren besonders gute Leistungen ihrer Bürgerinnen und Bürger, deshalb bitten wir Sie, sich in der Verwaltungsgemeinschaft zu melden, wenn Sie

- Ihren Schul-/Studium- oder Berufsabschluss mit einem Notendurchschnitt von 1,9 und besser abgeschlossen,
- eine besondere Auszeichnung im Beruf oder Ehrenamt erhalten oder
- eine Meisterschaft im sportlichen Bereich erzielt haben.

**Wir freuen uns auf Ihre Mitteilung unter:
Verwaltungsgemeinschaft Marktkeugast
Neuensorger Weg 10
95352 Marktkeugast
Telefon 09255/ 947-0
E-Mail poststelle@marktkeugast.de**

Für die März-Ausgabe

Abgabeschluss:

Freitag, 17. Februar 2023

Erscheinungstag:

Freitag, 3. März 2023

**Marktgemeinderatssitzungen
in der Wahlperiode 2020/2026**



Markt Marktkeugast

Montag, 27. Februar 2023,
um 19.00 Uhr, im Bürgersaal

Markt Grafengehaig

Montag, 6. März 2023,
um 19.00 Uhr, im Dorfgemeinschaftshaus

Wichtige Informationen für die Betreiber von Kleinkläranlagen

Ein ordnungsgemäßer Betrieb Ihrer Kleinkläranlage ist Voraussetzung für eine optimale Reinigungsleistung sowie eine lange Lebensdauer Ihrer Anlage. Eine gut funktionierende Kleinkläranlage ist deshalb nicht nur für Sie als Betreiber wichtig, sondern auch für die Allgemeinheit.

Der ordnungsgemäße Betrieb Ihrer Kleinkläranlage beinhaltet eine regelmäßige Eigenkontrolle durch Sie als Betreiber, eine regelmäßige Wartung und eine rechtzeitige Klärschlamm Entsorgung.

Die Selbstüberwachung und die Wartung der Kleinkläranlagen obliegen dem jeweiligen Grundstückseigentümer oder sonst dinglich Nutzungsberechtigtem. Zweimal jährlich muss durch eine Firma die Wartung Ihrer Kleinkläranlage durchgeführt werden.

Bei jeder Wartung muss Ihre Wartungsfirma ein Wartungsprotokoll erstellen, das der Gemeinde - als Träger der Abwasserbeseitigungspflicht - zuzuleiten ist.

Bei Vorliegen der Wartungsprotokolle (bitte nur in Kopie!) und dem Nachweis der - wenn nötig - erfolgten ordnungsgemäßen Klärschlamm Entsorgung ist der Eigentümer von der Zahlung der Kleineinleiterabgabe befreit.

Um von der Kleineinleiterabgabe befreien zu können, bittet die Gemeinde um die Zusendung der Wartungsprotokolle und den Nachweis über die ordnungsgemäße Klärschlamm Entsorgung bis spätestens 20.02.2023. Nur wenn beide Voraussetzungen vorliegen, entfällt die Kleineinleiterabgabe.

Ein Erinnerungsschreiben der Gemeinde erfolgt in der Regel nicht. Es wird empfohlen, dass Sie Ihre Wartungsfirma mit der zeitnahen Weiterleitung des Wartungsprotokolls, vorzugsweise in digitaler Form, an Ihre Gemeinde beauftragen.

Wasser- und Abwassergebühren im Vergleich

Markt/Stadt	Wasser- gebühren inkl. 7% MWSt.	Abwasser- gebühren	Gesamt- preis pro m ³
Himmelkron	1,87 €	2,10 €	3,97 €
Marktlegast	1,39 €	2,64 €	4,03 €
Kulmbach	1,96 €	2,16 €	4,12 €
Ludwigschor- gast	1,42 €	2,95 €	4,37 €
Wirsberg	1,55 €	3,30 €	4,85 €
Neuenmarkt	1,86 €	3,16 €	5,02 €
Rugendorf	2,03 €	3,18 €	5,21 €
Stammbach	3,05 €	2,26 €	5,31 €
Marktschor- gast	2,78 €	2,90 €	5,68 €
Stadtsteinach	2,62 €	3,30 €	5,92 €
Kupferberg	3,02 €	3,27 €	6,29 €
Untersteinach	3,42 €	3,61 €	7,03 €
Guttenberg	1,58 €	5,49 €	7,07 €

Aktuelles aus dem Fundbüro der Verwaltungsgemeinschaft Marktlegast

Folgende Gegenstände sind aufgefunden worden und suchen nach ihren Eigentümern:

Abgabe- datum	Fundsache	Fundort
November 2022	silberne Armbanduhr	Sitzbank Radonplatz, Marktlegast
Januar 2023	Schlüsselbund	Unterer Anger, Marktlegast
Januar 2023	VISA-Karte	Weststraße, Marktlegast

Der jeweilige Eigentümer kann sich gerne im Fundbüro in der Verwaltungsgemeinschaft Marktlegast, Tel. 09255/ 947-21, melden.



Die Deutsche Rentenversicherung Nordbayern teilt mit:

Ehrenamtliche Versichertenberater der Rentenversicherung helfen weiter

Kompetente Unterstützung vor Ort: 101 Frauen und Männer engagieren sich ehrenamtlich als Versichertenberaterin oder Versichertenberater bei der Deutschen Rentenversicherung Nordbayern. Sie erteilen Auskünfte zu allen Fragen der Rentenversicherung, helfen dabei, Leistungen zu beantragen und das Versicherungskonto auf den neuesten Stand zu bringen.

Zudem informieren sie in Beratungen zum persönlichen Rentenbeginn, zur Rentenhöhe oder zu vielen anderen Angelegenheiten der gesetzlichen Rentenversicherung, bei Bedarf auch nach Feierabend oder am Wochenende. Der Service ist für Ratsuchende kostenlos.

Für die VG Marktlegast und Umgebung ist Gerhard Schmidt ein möglicher Ansprechpartner. Termine können unter Tel. 09255/ 1509 vereinbart werden.

Haben Sie einen Stromausfall

Haben Sie einen Stromausfall oder ein anderes Problem mit Ihrer Energieversorgung?

Dann wählen Sie bitte die folgenden Störungsnummern:

Störungsnummer für Strom (Bayernwerk)

Telefon: 0941/ 28 00 33 66

Störungsnummer für Gas (LuK Helmbrechts)

Telefon: 09252/ 704-0

Medizinische Versorgung

Sprechzeiten der Arztpraxis

Oberlandärzte

Dr. med. Carola Klein und
Dr. med. Natascha von Schau

Terminsprechstunde -

bitte vereinbaren Sie vorab einen Termin:

Kulmbacher Straße 7, 95352 Marktlegast

Tel. 09255/ 255 und Tel. 0175/ 6870888

Fax 09255/ 7694

Montag	07.30 Uhr - 11.30 Uhr 16.30 Uhr - 19.00 Uhr
Dienstag	07.30 Uhr - 11.30 Uhr
Mittwoch	07.30 Uhr - 11.30 Uhr
Donnerstag	07.30 Uhr - 11.30 Uhr 16.30 Uhr - 19.00 Uhr
Freitag	07.30 Uhr - 11.30 Uhr

Marktplatz 1, 95356 Grafengehaig

Tel. 09255/ 8089992

Donnerstag 07.30 Uhr - 09.00 Uhr

Notruf 112



Rettungswesen -

Integrierte Leitstelle an der Staatlichen Feuerwehrschule Geretsried

In Bayern können Sie rund um die Uhr über die **Notrufnummer 112** Hilfe durch Rettungsdienst und Feuerwehr anfordern. Der Notruf 112 verbindet Sie mit der örtlichen Integrierten Leitstelle - aus allen Telefonnetzen vorwahl- und gebührenfrei.

Der Aufbau von Integrierten Leitstellen im Freistaat ist noch nicht flächendeckend abgeschlossen (Internetportal der Integrierten Leitstellen Bayern). Ist nur ein Mobiltelefon verfügbar und die Ortsvorwahl der Rettungsleitstelle nicht bekannt, kann über die vorwahl- und gebührenfreien Telefonnummern 110 (Polizei) oder 112 (Feuerwehr) Hilfe herbeigerufen werden. Polizei und Feuerwehr geben die Meldung an die Rettungsleitstelle weiter.

Der Aufbau von Integrierten Leitstellen im Freistaat ist noch nicht flächendeckend abgeschlossen (Internetportal der Integrierten Leitstellen Bayern). Ist nur ein Mobiltelefon verfügbar und die Ortsvorwahl der Rettungsleitstelle nicht bekannt, kann über die vorwahl- und gebührenfreien Telefonnummern 110 (Polizei) oder 112 (Feuerwehr) Hilfe herbeigerufen werden. Polizei und Feuerwehr geben die Meldung an die Rettungsleitstelle weiter.

Bei der Anforderung von Rettungsdienst und Feuerwehr benötigt die Leitstelle vom Anrufer Informationen zu den fünf „W“, um geeignete Einsatzkräfte in ausreichender Anzahl alarmieren zu können:

Die fünf „W“

Bei der Anforderung von Rettungsdienst und Feuerwehr benötigt die Leitstelle vom Anrufer Informationen zu den fünf „W“, um geeignete Einsatzkräfte in ausreichender Anzahl alarmieren zu können:

- **Wer ruft an?**
Nennen Sie Ihren Namen, Ihren Standort und Ihre Telefonnummer für Rückfragen!
- **Wo ist das Ereignis?**
Geben Sie den Ort des Ereignisses so genau wie möglich an (zum Beispiel Gemeindefname/Stadtteil, Straßennamen, Hausnummer, Stockwerk, Besonderheiten wie Hinterhöfe, Straßentyp, Fahrtrichtung, Kilometerangaben an Straßen/Bahnlinien/Flüssen)!
- **Was ist geschehen?**
Beschreiben Sie knapp das Ereignis und das, was Sie konkret sehen (was ist geschehen? was ist zu sehen?), beispielsweise Verkehrsunfall, Absturz, Brand, Explosion, Einsturz, eingeklemmte Person!
- **Wie viele Betroffene?**
Schätzen Sie die Zahl der betroffenen Personen, ihre Lage und die Verletzungen! Geben Sie bei Kindern auch das Alter an!
- **Warten auf Rückfragen!**
Legen Sie nicht gleich auf, die Mitarbeiter der Leitstelle benötigen von Ihnen vielleicht noch weitere Informationen!

Nach dem Notruf

Leisten Sie „Erste Hilfe“, soweit Sie sich nicht selbst in Gefahr bringen! Helfen Sie den Einsatzkräften beim Auffinden des Ereignisortes!

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Wichtig: Benötigen Sie außerhalb der regulären Sprechstunden Ihres Hausarztes ärztliche Hilfe bei **nicht** lebensbedrohlichen gesundheitlichen Problemen, die **nicht** den Einsatz des Rettungsdienstes notwendig erscheinen lassen, hilft der Ärztliche Bereitschaftsdienst bei der Vermittlung eines Arztes. Der Ärztliche Bereitschaftsdienst ist bayernweit – aus allen Telefonnetzen vorwahl- und gebührenfrei – unter der Rufnummer **116 117** erreichbar. Weitere Informationen zum Ärztlichen Bereitschaftsdienst finden Sie unter <http://www.kvb.de/patienten/bereitschaftsdienst>.

Kurzübersicht zum Defibrillator

Standort: Feuerwehrzentrum Marktlegast, Marktstraße 25, 95352 Marktlegast

Zugang: 24 Stunden täglich

**Was ist ein Defibrillator?**

Ein Gerät, das über Elektroden Stromstöße abgibt, um einen gestörten Herzrhythmus (etwa Kammerflimmern) wieder in den natürlichen Takt zu bringen.

Benutzung des Defibrillators:

Elektroden nach Anleitung aufkleben, danach den (Sprach-)Anweisungen des Geräts folgen.

Achtung!

- Halten Sie sich bei der Defibrillation genau an die Sprachanweisungen bzw. schriftlichen/ grafischen Anweisungen des Gerätes (AED). Dann können Sie auch als Laie im Prinzip nichts falsch machen.
- Wenn neben Ihnen noch ein zweiter Ersthelfer vor Ort ist, holt einer den Defibrillator und der andere beginnt schon mit der manuellen Wiederbelebung (Reanimation). Sind Sie allein, müssen Sie sofort mit der Herzdruckmassage beginnen. Kommt noch jemand hinzu, bitten Sie diesen, nach einem Defibrillator zu suchen.
- Benutzen Sie den Defibrillator nicht im Wasser oder in einer Pfütze stehend.
- Bringen Sie Defibrillator-Pads (auch „Paddles“ genannt) nicht direkt oberhalb eines Herzschrittmachers (erkennbar oft an einer Narbe o.Ä. im Brustbereich) oder eines anderen medizinischen Implantats an. Der elektrische Impuls kann an solchen Stellen beeinträchtigt werden.
- Berühren Sie den Patienten nicht, während das Gerät den Herzrhythmus des Patienten analysiert oder Stromstöße abgibt. Das Gerät wird Sie entsprechend auffordern.

In welchen Fällen?

Der Automatische Externe Defibrillator (AED) sollte immer angeschlossen werden, wenn eine Person plötzlich nicht mehr ansprechbar ist und nicht mehr normal atmet. Das Gerät entscheidet dann, ob eine Schockabgabe erforderlich ist.

Risiken:

Gefahr für Ersthelfer und Betroffenen durch Stromfluss in Kombination mit (viel) Wasser. Versengen der Brustbehaarung, wenn diese sehr dicht ist.

Apotheken Notdienst**durchgehend dienstbereit**

**Beginn morgens 08.00 Uhr
bis nächsten Tag 08.00 Uhr**

Mi., 01.02.	Johannes-Apotheke, Gefrees
Do., 02.02.	Felsen-Apotheke, Bad Berneck
Fr., 03.02.	Main-Apotheke, Himmelkron
Sa., 04.02.	Humboldt-Apotheke, Goldkronach
So., 05.02.	Rathaus-Apotheke, Marktlegast
Kur-Apotheke, Wirsberg	
Mo., 06.02.	
Di., 07.02.	Apotheke Neuenmarkt, Neuenmarkt
Frankenwald-Apotheke, Stadtsteinach	
Mi., 08.02.	
Do., 09.02.	Stern-Apotheke, Bad Berneck
Fr., 10.02.	Johannes-Apotheke, Gefrees
Sa., 11.02.	Felsen-Apotheke, Bad Berneck
So., 12.02.	Main-Apotheke, Himmelkron
Mo., 13.02.	Humboldt-Apotheke, Goldkronach
Di., 14.02.	Rathaus-Apotheke, Marktlegast
Mi., 15.02.	Kur-Apotheke, Wirsberg
Do., 16.02.	Apotheke Neuenmarkt, Neuenmarkt
Fr., 17.02.	Frankenwald-Apotheke, Stadtsteinach
Sa., 18.02.	Stern-Apotheke, Bad Berneck
So., 19.02.	Johannes-Apotheke, Gefrees
Mo., 20.02.	Felsen-Apotheke, Bad Berneck
Di., 21.02.	Main-Apotheke, Himmelkron
Mi., 22.02.	Humboldt-Apotheke, Goldkronach
Do., 23.02.	Rathaus-Apotheke, Marktlegast
Fr., 24.02.	Kur-Apotheke, Wirsberg
Sa., 25.02.	Apotheke Neuenmarkt, Neuenmarkt
So., 26.02.	Frankenwald-Apotheke, Stadtsteinach
Mo., 27.02.	Stern-Apotheke, Bad Berneck
Di., 28.02.	Johannes-Apotheke, Gefrees
Mi., 01.03.	Felsen-Apotheke, Bad Berneck
Do., 02.03.	Main-Apotheke, Himmelkron
Fr., 03.03.	Humboldt-Apotheke, Goldkronach
Sa., 04.03.	Rathaus-Apotheke, Marktlegast
So., 05.03.	Kur-Apotheke, Wirsberg
Mo., 06.03.	Apotheke Neuenmarkt, Neuenmarkt
Di., 07.03.	Frankenwald-Apotheke, Stadtsteinach
Mi., 08.03.	Stern-Apotheke, Bad Berneck
Do., 09.03.	Johannes-Apotheke, Gefrees
Fr., 10.03.	Felsen-Apotheke, Bad Berneck
Sa., 11.03.	Main-Apotheke, Himmelkron
So., 12.03.	Humboldt-Apotheke, Goldkronach

Eine Haftung für die Richtigkeit der Veröffentlichungen kann nicht übernommen werden.

Anschriften der Apotheken:**Bad Berneck**

Felsen-Apotheke, Bahnhofstraße 95,
95460 Bad Berneck, Tel. 09273/ 1033
Stern-Apotheke, Bahnhofstraße 90,
95460 Bad Berneck, Tel. 09273/ 95091

Gefrees

Johannes-Apotheke, Hauptstraße 42,
95482 Gefrees, Tel. 09254/ 91316

Goldkronach

Humboldt-Apotheke, Bayreuther Straße 10,
95497 Goldkronach, Tel. 09273/ 96113

Himmelkron

Main-Apotheke OHG, Lanzendorfer Straße 3,
95502 Himmelkron, Tel. 09227/ 6161

Marktkeugast

Rathaus-Apotheke, Kulmbacher Straße 3,
95352 Marktkeugast, Tel. 09255/ 256

Neuenmarkt

Apotheke Neuenmarkt, Schützenstraße 2,
95339 Neuenmarkt, Tel. 09227/ 304

Stadtsteinach

Frankenwald-Apotheke, Kronacher Straße 10,
95346 Stadtsteinach, Tel. 09225/ 956733

Wirsberg

Kur-Apotheke, Marktplatz 4,
95339 Wirsberg, Tel. 09227/ 97111

Wasserversorgungsanlagen

Vollzug der Trinkwasserverordnung und des Wasch- und Reinigungsmittelgesetzes



Wasch- und Reinigungsmittel enthalten bekanntlich Phosphate. Selbst bei ordnungsgemäßer Abwasserbehandlung gelangen diese in die Gewässer und beeinträchtigen die Wassergüte nachteilig.

Die jeweilige Wasserhärte beeinflusst die Dosierung von Wasch- und Reinigungsmitteln. Bei härterem Wasser wird mehr, bei weicherem Wasser weniger Waschmittel benötigt, um den gleichen Reinigungsgrad zu erzielen.

Damit Sie die Dosierungsempfehlungen der Hersteller dieser Produkte sinnvoll anwenden können, teilen wir Ihnen den Wasserhärtebereich sowie den pH-Wert des Trinkwassers regelmäßig mit:

Wasserversorgungsanlage	pH-Wert	Grad dH	Härtebereich
Marktkeugast	8,6	5,43	1
Hohenberg	8,2	3,3	1
Zweckverband Walberngrüner Gruppe	8,2	5,67	1

Aufgrund der letzten Trinkwasseruntersuchungen vom September 2021 entspricht das Trinkwasser aus den obigen Versorgungsanlagen voll den Anforderungen der Trinkwasserverordnung. Sie sollten in Zukunft die Dosierung der Wasch- und Reinigungsmittel dem Härtebereich entsprechend vornehmen. Dadurch können Sie Geld sparen und leisten zudem einen wertvollen Beitrag zum Umweltschutz.

Wasserversorgung Marktkeugast**Wasserwart: Harald Hahn**

Handy-Nr. 0170/ 385 24 23

Vertreter: Daniel Schramm

Handy-Nr. 0151/ 161 281 20

Abwasseranlagen Marktkeugast**Klärwärter: Rainer Haber**

Handy-Nr. 0151/ 161 281 23

Vertreter: Thomas Beck

Handy-Nr. 0151/ 161 281 26

Kläranlage Grafengehaig**Klärwärter: Alexander Platthaus**

Handy-Nr. 0151/ 161 281 16

Vertreter: Klaus Keil

Handy-Nr. 0151/ 161 281 15

Wasserversorgungsanlage Zweckverband/**Walberngrüner Gruppe****Wasserwart: Michael Villa**

Handy-Nr. 0151/ 161 281 14

Vertreter: Manuel Nahr

Handy-Nr. 0151/ 161 281 11

Abfallwirtschaft

Wilde Müllablagerungen an den Containern



Das ist kein Kavaliersdelikt!



Es wird darauf hingewiesen, dass leere Glasflaschen nicht neben den Glascontainern abgestellt werden dürfen. Sollte der Container bereits voll sein, so wird gebeten zunächst auf die weiteren Container (Standorte) auszuweichen.

Wer Müll oder Wertstoffe auf Straßen, Plätzen oder neben den dafür vorgesehenen Containern liegen lässt, verschmutzt nicht nur die Umwelt, sondern begeht eine Ordnungswidrigkeit und kann mit Bußgeld geahndet werden.

Auch wenn sich der Landkreis darum bemüht, die Containerplätze sauber zu halten, werden sie immer wieder für Sperrmüll oder anderen Müll verwendet.

Bürger, die einen Umweltsünder bei der illegalen Beseitigung von Abfällen beobachten, sollten sich nicht scheuen, diesen der zuständigen Dienststelle (Landratsamt Abfallwirtschaft Tel. 09221/ 707-109/ -151/ -199 oder in der Gemeinde) zu melden. Ein derartig umweltfeindliches und gegenüber der Allgemeinheit rücksichtsloses Verhalten ist weder zu beschönigen, noch zu entschuldigen. Die ordnungsgemäße Entsorgung von Abfällen ist für jeden Bürger unproblematisch und ohne nennenswerten Aufwand im Regelfall kostenlos möglich (Sperrmüll).

Wir weisen darauf hin, dass die Abgabe von Altglas nur werktags in der Zeit von 08.00 Uhr bis 19.00 Uhr erfolgen darf!

Die Abgabe der Altkleider darf nur in den dafür vorgesehenen Kleidersäcken erfolgen. Kleidersäcke des BRK sind in der Verwaltungsgemeinschaft Marktkeugast, Neuensorger Weg 10, Zimmer 2 (Kasse), kostenlos erhältlich.

Altglas-Container**Standorte Markt Marktkeugast**

Marktkeugast	Jahnstraße
Mannsflur	am Sportplatz
Marienweiher	ehem. Mülldeponie an der Kreisstraße Richtung Stammbach
Hohenberg	Parkplatz am Sportheim
Tannenwirthaus	Betriebszufahrt Firma Hermos
Neuensorg	am Salzsilo an der Zufahrt zum Waldsportplatz

Kleider-Container des Bayerischen Roten Kreuzes**Standorte Markt Marktkeugast**

Marktkeugast	Jahnstraße und Lehenweg (vor dem Dr. Julius-Flierl-Seniorenheim)
Mannsflur	BRK-Heim
Neuensorg	Feuerwehrhaus
Tannenwirthaus	Betriebszufahrt Firma Hermos
Hohenberg	Parkplatz am Sportheim

Altglas-Container**Standorte Markt Grafengehaig**

Grafengehaig	Parkplatz hinter der Frankenwaldhalle
Eppenreuth	Feuerwehrhaus
Walberngrün	Richtung Hüttenbach-Talsenke
Weidmes	Ortsende Richtung Kleinrehmühle
Horbach	

Kleider-Container des Bayerischen Roten Kreuzes Standorte Markt Grafengehaig

Grafengehaig	Parkplatz hinter der Frankenwaldhalle
Eppenreuth	Feuerwehrhaus
Walberngrün	Richtung Hüttenbach-Talsenke
Weidmes	Ortsende Richtung Kleinrehmühle
Horbach	

Müllabfuhrtermine

Mittwoch/Donnerstag **01./02.02.2023**
Papier/Biotonne

Mittwoch/Donnerstag **08./09.02.2023**
Restmüll/Biotonne

Mittwoch/Donnerstag **15./16.02.2023**
Gelber Sack/Biotonne

Mittwoch/Donnerstag **22./23.02.2023**
Restmüll/Biotonne

Mittwoch/Donnerstag **01./02.03.2023**
Papier/Biotonne

Mittwoch/Donnerstag **08./09.03.2023**
Restmüll/Biotonne



Es wird darauf hingewiesen, dass die Biotonnen-Entleerung grundsätzlich am selben Wochentag wie die Restmüll-, Papier- oder Wertstoffsammlung erfolgt (gemäß Abfuhrkalender) und sich ebenso verschiebt.

Wir bitten alle Bürgerinnen und Bürger, die ihre Biotonne zur Abfuhr bereitstellen, darauf zu achten, keine Störstoffe in die Biotonne zu geben.

Sammelstelle für Kühlgeräte und Elektroschrott aus Haushalten

Es besteht die Möglichkeit, an der Dauersammelstelle des Landkreises bei der Firma Drechsler Umweltschutz KG, Von-Linde-Straße 6 in Kulmbach, unbrauchbare Kühlgeräte und Elektroschrott abzugeben.

Die Öffnungszeiten sind:

Dienstag	07.00 Uhr - 11.00 Uhr
Donnerstag	15.00 Uhr - 19.00 Uhr
Freitag	13.00 Uhr - 17.00 Uhr
Samstag	09.00 Uhr - 12.00 Uhr

Problemmüllsammlung aus Haushaltungen

Mittwoch, 22.03.2023 **Mannsflur**
15.00 Uhr – 15.30 Uhr Bushaltestelle am Dorfteich

Mittwoch, 05.04.2023 **Grafengehaig**
18.00 Uhr – 19.00 Uhr Frankenwaldhalle

Mittwoch, 14.06.2023 **Marktpleugast**
16.30 Uhr – 17.30 Uhr Dreifachsporthalle

Mittwoch, 26.07.2023 **Tannenwirthaus**
17.30 Uhr – 18.00 Uhr Parkplatz Kirche

Mittwoch, 06.09.2023 **Neuensorg**
17.15 Uhr – 17.45 Uhr früherer Schulhof

Mittwoch, 04.10.2023 **Eppenreuth**
16.00 Uhr – 16.30 Uhr Bushaltestelle Kindergarten

Mittwoch, 04.10.2023 **Marienweiher**
17.00 Uhr – 17.30 Uhr Parkplatz Richtung Steinbach



Die Annahme von haushaltsüblichen Mengen Problemmüll an dieser Sammelstelle ist - **mit Ausnahme von Altöl, Autobatterien und Autoreifen** - für Haushaltungen kostenlos.

Nehmen Sie bitte Rücksicht auf unsere Kinder und die Umwelt. Geben Sie Ihren Problemmüll nur in die Hände der Fachleute vor Ort und stellen Sie bitte niemals Abfälle unbeaufsichtigt oder außerhalb der Sammelzeiten ab.

Sonderabfälle aus dem nicht-privaten Bereich (Gewerbe, Handwerksbetriebe, Handel, Dienstleister, öffentliche Einrichtungen, usw.) können im Rahmen der Problemmüllsammungen für Haushaltungen NICHT angenommen werden. Auskünfte über die Entsorgungsmöglichkeiten für Sonderabfälle aus dem nicht-privaten Bereich gibt die Abfallberatung des Landkreises unter den Telefonnummern 09221/ 707-109 (Herr Jens Roloff), -151 (Herr Dieter Kolb) oder -199 (Herr Detlef Zenk).



Wenn Sie auf einem Behältnis eines der oben abgebildeten Symbole finden, enthält es gefährliche Substanzen, die in jedem Fall als Problemmüll behandelt werden müssen!

Sperrmüll-Anmeldung

Landratsamt Kulmbach unter Tel. 09221/ 707-100

Bei Fragen zur Abfallberatung wenden Sie sich bitte an das Landratsamt Kulmbach unter Tel. 09221/ 707-199 oder 707-151.

Kompostieranlage

Grüngut kann ganzjährig kostenlos bei der Kompostieranlage Schramm, Webergasse 10, in Marktpleugast, angeliefert werden. Bei Kleinanlieferung wird gebeten, die neue Abladestelle an der B 289 in der Münchberger Straße anzufahren.

SÄGEWERK KUNSTMANN

Hinterrehberg

Lohnschnitt und Hobelarbeiten
Verkauf von Tischplatten und
Bauholz (Latten, Bretter, Balken)
mm-genauer Zuschnitt bis 6m Länge
Erfahrung, flexible Abwicklung und
kurze Wartezeiten zeichnen uns aus.

TEL. 09255-8084509

Mobil 0170-5496074

Inh. K+M Gartenservice GbR - Hinterrehberg 3 - 95352 Marktpleugast

Abfall-App des Landkreises Kulmbach



Hilfreiche Tipps und viele wertvolle Infos

Ein zentraler Punkt der neuen Abfall-App ist die Erinnerungsfunktion, damit Sie immer wissen, was wann abgeholt wird:

Daneben gibt es viele Zusatzinformationen zur Abfallwirtschaft im Landkreis Kulmbach, zum Beispiel

- Containerstandorte (Altglas und Altkleider)
- Abgabestellen (Adressen, Öffnungszeiten, Routenplaner)
- Abfall-ABC: praktischer Helfer bei Entsorgungsfragen zu bestimmten Abfällen
- Kontakt: Ansprechpartner der Abfallwirtschaft
- aktuelle Nachrichten aus der Abfallwirtschaft (Feiertagsverschiebungen, Veranstaltungen)
- Tipps & Tricks zur Abfallvermeidung
- Informationen zu aktuellen Aktionen
- Push-Nachrichten aktuell (z. B. Verzögerungen bei der Müllabfuhr)

Die Abfall-App ist ruck-zuck installiert

- Die Abfall-App lässt sich schnell auf allen gängigen mobilen Endgeräten (Android, iOS inkl. Apple Watch) einrichten.
- Laden Sie sich die App aus Ihrem Store herunter (Suchname: Abfall Kulmbach), klicken Sie auf den Download-Link für Ihr Betriebssystem oder scannen Sie den entsprechenden QR-Code.
- Wählen Sie dann Ihre Gemeinde und Straße, stellen Sie die gewünschten Abfalltonnen sowie die Erinnerungszeit ein und vergessen Sie nie wieder, Ihre Mülltonne rechtzeitig herauszustellen.



Standesamtliche Nachrichten

Sterbefälle

Heiko Zörner, zuletzt wohnhaft in 95352 Marktkeugast, Marienweiher 237, ist am 15.01.2023, in Marktkeugast, verstorben.

Johann Hofer, zuletzt wohnhaft in 95352 Marktkeugast, Lehenweg 3, ist am 17.01.2023, in Marktkeugast, verstorben.



Neues aus der Bücherei

Herzlich willkommen in der Gemeindebücherei Marktkeugast

**Das Buch und der Leser –
sie stehen immer im Mittelpunkt!**

Unsere Bücherei in Marktkeugast hat den Anspruch, alle Bevölkerungsschichten anzusprechen und ist dabei zugleich ein Ort der soziokulturellen, ehrenamtlichen Gemeindegemeinschaft.

**Öffnungszeiten: mittwochs von 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Während der Schulferien bleibt die Bücherei geschlossen!**

Die Ausleihe ist kostenlos!

Über Ihren Besuch und Ihr Interesse würden wir uns sehr freuen.

**Ihre Büchereileitung
Gabi Schickgramm**

Ihr kompetenter Bosch-Car-Service



In der 3. Generation bereits seit 1948 in Marktkeugast für Sie da.

**Verkauf DEUTSCHER Neuwagen der Marken VW, Audi,
Seat und Skoda inkl. aller möglichen Aktionen /
Finanzierungen sowie EU-Neuwagen-Wunschbestellung**

- | | |
|----------------------------|------------------------|
| - Neuwagen | - Jahreswagen |
| - Tageszulassungen | - Finanzierung |
| - Reparaturen aller Marken | - Unfallinstandsetzung |
| - Reifenservice | - TÜV - jeden Mittwoch |
| - 24h-Tankstelle | - Autowaschanlage |

Münchberger Str. 13 - 95352 Marktkeugast
Tel.: 09255 / 511 - Fax: 09255 / 7384
www.auto-hoepfner.com - info@auto-hoepfner.com



Anmeldung für Kurse der VHS Marktlegast

Unter Anerkennung der **Allgemeinen Geschäftsbedingungen** und **Gebühren** der Volkshochschule Marktlegast melde ich mich für folgende/n Kurs/e an:

Kurs-Nr. _____ Kurstitel _____

Kurs-Nr. _____ Kurstitel _____

Vorname und Nachname _____

Straße und Hausnummer _____

PLZ und Ort _____

Telefonnummer _____

Handynummer _____

E-Mail-Adresse _____

Folgende Angaben benötigen wir für unsere Statistik:

weiblich männlich **Geburtsdatum** _____

ACHTUNG!

Bitte notieren Sie sich schon jetzt den/die Termin/e Ihres/r gebuchten Kurse. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung. Weitere Benachrichtigungen erfolgen nur noch, wenn ein Kurs überbelegt ist, ausfallen sollte oder verschoben werden muss.

Die Kursgebühr wird mit dem SEPA-Lastschriftverfahren eingezogen:

- Ein aktuelles SEPA-Mandat liegt bereits vor.
 Ein neues SEPA-Mandat wurde dieser Anmeldung beigefügt (siehe Formular SEPA-Mandat).
 Meine Bankverbindung hat sich geändert. Hinweis: Sollte sich die Bankverbindung geändert haben, muss der VHS Marktlegast ein neues SEPA-Mandat erteilt werden.

Bitte beachten Sie: Der Einzug der Kursgebühr erfolgt im Laufe der nächsten fünf Werktage nach Kursbeginn. Bankspesen bei Widerruf oder bei fehlerhafter Bankverbindung trägt der Teilnehmer/die Teilnehmerin.

Ort, Datum _____ Unterschrift (bei minderjährigen der gesetzliche Vertreter) _____

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich mit der Speicherung meiner Daten (siehe nachfolgenden Hinweis zum Datenschutz) einverstanden bin.

Hinweis zum Datenschutz nach Art. 13 Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO)

Verantwortlich für die Verarbeitung dieser Daten ist der Markt Marktlegast – Volkshochschule, Neuensorger Weg 10, 95352 Marktlegast, Telefon 09255/ 947-10, www.marktleugast.de. Die Daten werden für die Anmeldung zu den Kursen und für den Einzug des Entgelts für Kurse der VHS Marktlegast erhoben. Rechtsgrundlage der Verarbeitung ist Art. 6 Abs. 1 Buchst. a) DSGVO. Weitere Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten und Ihre Rechte bei der Verarbeitung Ihrer Daten können Sie im Internet unter <https://vg.marktleugast.de/datenschutz> abrufen. Alternativ erhalten Sie diese Informationen auch von Ihrem zuständigen Sachbearbeiter oder von unserem gesetzlich vorgeschriebenen Datenschutzbeauftragten, Herrn Rainer Mattern, Gesellschaft für kommunalen Datenschutz mbH, Hansastraße 12-16, 80686 München, Telefon 089/ 547580, E-Mail kontakt@gkds.bayern.

- Ich beantrage eine Gebührenermäßigung gemäß den Geschäftsbedingungen der VHS. Den Nachweis (Kopie) habe ich der Anmeldung beigefügt.

Die VHS Marktkeugast informiert:

Volkshochschule Marktkeugast

Neuensorger Weg 10

95352 Marktkeugast

Telefon 09255/ 947-10
 Fax 09255/ 947-50
 E-Mail poststelle@marktkeugast.de
 Homepage www.marktkeugast.de

Leiter der VHS Marktkeugast

Erster Bürgermeister Franz Uome

Ihre Ansprechpartnerin in der VHS Marktkeugast

Stefanie Rau

Bankverbindungen

Sparkasse Kulmbach-Kronach
 BIC: BYLADEM1KUB
 IBAN: DE93 7715 0000 0000 0363 76
 Raiffeisenbank Oberland eG
 BIC: GENODEF1MGA
 IBAN: DE94 7706 9868 0000 0028 01

Feiertage und Ferien

Gerne informieren wir unsere Teilnehmer, dass an Feiertagen und während der Schulferien keine Kurse stattfinden!

Anmeldungen und Kursgebühren

- Das Programmangebot finden Sie auch im Internet unter www.marktkeugast.de.
- Anmeldungen sind sofort nach Erscheinen des Programmes mit dem Anmeldeformular per Post, Fax, E-Mail oder direkt in der VHS möglich!
- Telefonische oder mündliche Anmeldungen sind nicht möglich!
- Bitte melden Sie sich bis spätestens zehn Tage vor Kursbeginn mit dem VHS-Anmeldeformular an.
- Bitte notieren Sie sich die Termine Ihrer gebuchten Kurse. Sie erhalten auch eine Anmeldebestätigung. Eine weitere Benachrichtigung erfolgt dann nicht mehr. **Nicht vergessen: Ihre Anmeldung ist für uns und für Sie verbindlich!**
- Bei Anmeldungen Jugendlicher unter 18 Jahren ist die Unterschrift mindestens eines Erziehungsberechtigten zwingend notwendig, ansonsten ist die Anmeldung nicht rechtskräftig.
- Die für die jeweilige Veranstaltung ausgewiesene Gebühr wird mit der Anmeldung zur Veranstaltung zur Zahlung fällig. Mit der Anmeldung erklärt sich der Teilnehmer mit dem Einzug der Gebühr im Lastschriftverfahren einverstanden. Bitte verwenden Sie dazu das entsprechende Formular für das SEPA-Mandat.
- Erhalten Sie von uns keine weitere Nachricht, findet der Kurs in jedem Fall wie ausgeschrieben statt und ist auch nicht überbelegt.
- Sollte die Mindestteilnehmerzahl für einen Kurs nicht erreicht und der Kurs somit abgesagt werden, erhalten Sie von uns natürlich eine Nachricht.
- Kommen Sie bitte unbedingt zum ersten Kurstag, ansonsten bitten wir um kurze Mitteilung! **Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung!**
- Bitte beachten Sie unbedingt unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen und unser aktuelles Hygienekonzept. Beides finden Sie auf unserer Homepage unter <https://www.marktkeugast.de/leben-in-marktkeugast/volkshochschule>

Hinweis zum Datenschutz nach Art. 13

Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO)

Verantwortlich für die Verarbeitung dieser Daten ist der Markt Marktkeugast – Volkshochschule, Neuensorger Weg 10, 95352 Marktkeugast, Telefon 09255/ 947-10, www.marktkeugast.de. Die Daten werden für die Anmeldung zu den Kursen und für den Einzug des Entgelts für Kurse der VHS Marktkeugast erhoben.

Rechtsgrundlage der Verarbeitung ist Art. 6 Abs. 1 Buchst. a) DSGVO. Weitere Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten und Ihre Rechte bei der Verarbeitung Ihrer Daten können Sie im Internet unter <https://vg.marktkeugast.de/datenschutz> abrufen.

Alternativ erhalten Sie diese Informationen auch von Ihrem zuständigen Sachbearbeiter oder von unserem gesetzlich vorgeschriebenen Datenschutzbeauftragten, Herrn Rainer Mattern, Gesellschaft für kommunalen Datenschutz mbH, HansasträÙe 12-16, 80686 München, Telefon 089/ 547580, E-Mail kontakt@gkds.bayern.

DIE GESCHENKIDEE -

Verschenken Sie Bildung!

Schenken Sie einen Gutschein der Volkshochschule.
 Die Höhe des Betrages legen Sie fest.
 Gutscheine erhalten Sie in der VHS Marktkeugast
 Telefon 09255/ 947-10

Wir suchen DRINGEND

neue Kursleiterinnen und Kursleiter!

Sie können etwas, was nicht jeder kann?

Sie kennen sich auf einem Gebiet besonders gut aus?

Sie haben Lust, anderen etwas beizubringen?

Die Volkshochschule Marktkeugast ist beständig auf der Suche nach neuen Themenfeldern und nach Kursleiterinnen und Kursleitern aus allen Bereichen.

Möchten Sie Ihr Wissen an interessierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer weitergeben?

Dann setzen Sie sich mit uns in Verbindung:

VHS Marktkeugast, Telefon 09255/ 947-10,

E-Mail: poststelle@marktkeugast.de

Bei der Umsetzung Ihrer Ideen in einem Kurs unterstützen wir Sie gerne.

Die Vergütung erfolgt auf Honorarbasis.

Wir freuen uns auf Sie!



Chancen für eine bessere Zukunft

Wir fördern Bildungs- und Ausbildungsprojekte, vor allem in ländlichen Gebieten, damit junge Frauen eine Chance bekommen, ihre Familien zu ernähren. **Helfen Sie uns helfen!**

Postbank Köln
 500 500 500
 BLZ 370 100 50

Brot
 für die Welt
www.brot-fuer-die-weit.de

Kursübersicht

Neue Kurse im Sommersemester 2023

Gesundheit

Kurs-Nr.	Kurstitel	Kurs-Beginn	Uhrzeit
23SMA3021	Muskelaufbau- training für Jung & Alt: Bauch, Beine, Po & Rücken I	Mo., 27.02.23	17.15 Uhr
23SMA3022	Muskelaufbau- training für Jung & Alt: Bauch, Beine, Po & Rücken I	Mo., 12.06.23	17.15 Uhr
23SMA3023	Muskelaufbau- training für Jung & Alt: Bauch, Beine, Po & Rücken II	Mo., 27.02.23	18.15 Uhr
23SMA3024	Muskelaufbau- training für Jung & Alt: Bauch, Beine, Po & Rücken II	Mo., 12.06.23	18.15 Uhr
23SMA3025	Fatburner Stepp Aerobic	Mo., 27.02.23	19.15 Uhr
23SMA3026	Fatburner Stepp Aerobic	Mo., 12.06.23	19.15 Uhr
23SMA3027	Full-Body-Workout	Mo., 27.02.23	20.15 Uhr
23SMA3028	Full-Body-Workout	Mo., 12.06.23	20.15 Uhr
23SMA3029	Tanz die Problemzonen weg	Do., 02.03.23	19.00 Uhr
23SMA30210	Tanz die Problemzonen weg	Do., 15.06.23	19.00 Uhr
23SMA3011	Entspannungsreise mit Klangschalen	Fr., 14.04.23	17.30 Uhr
23SMA3012	Positives Denken: Wie lenke ich meine Gedanken um?	Fr., 14.04.23	18.30 Uhr

Junge VHS

Kurs-Nr.	Kurstitel	Kurs-Beginn	Uhrzeit
23SMA30211	Fit & Fun für Mädchen (6 – 10 Jahre)	Do., 02.03.23	18.00 Uhr
23SMA30212	Fit & Fun für Mädchen (6 – 10 Jahre)	Do., 15.06.23	18.00 Uhr

Kursorte der VHS Marktkeugast

- 1.) Grund- und Mittelschule Marktkeugast,
Neuensorger Weg 10, 95352 Marktkeugast
- 2.) Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktkeugast,
Eingang über Hindenburgstraße, 95352 Marktkeugast
- 3.) Dreifachsporthalle Marktkeugast,
Karl-Pezold-Straße 1, 95352 Marktkeugast
- 4.) Bürgersaal im Knarrhaus (2. OG),
Marktstraße 25, 95352 Marktkeugast

Kursprogramm

Neue Kurse im Sommersemester 2023

Gesundheit



Muskelaufbautraining für Jung & Alt: Bauch, Beine, Po & Rücken I

Der Rückenmuskel ist der größte Muskel in unserem Körper und der wichtigste Teil des Bewegungsapparates im Rücken. Ohne diese Muskulatur würde man einfach nach vorne umkippen. Die Stärkung der Rückenmuskulatur durch gezieltes Training ist daher enorm wichtig, aber auch alle anderen Muskeln tragen zur körperlichen Gesundheit und dem Wohlbefinden bei.

Die meisten körperlichen Probleme entstehen durch Bewegungsmangel. Die Muskulatur wird nicht genügend beansprucht. Sie verliert an Kraft, neigt zu Verspannungen und Verkrampfungen. Durch das richtige Ganzkörpertraining lassen sich Schmerzen vermeiden, Beschwerden lindern und Haltungsschäden vorbeugen - so fördern wir nachhaltig unsere Gesundheit.

Hier geht es nicht ums Kräfteressen, sondern um gezielte Bewegung unter fachlicher Leitung, jeder in seinem Tempo und so viel er kann, deshalb für jedefrau/jedermann geeignet.

Dozentin: Karin Hoch

Gebühr: 25,00 €/15,00 €

Teilnehmerzahl: mind. 10 Personen, max. 25 Personen

Dauer: 10/6 Abende,

jeweils montags von 17.15 Uhr bis 18.15 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktkeugast

Kurs-Nr.: 23SMA3021

Termin: 27. Februar 2023 bis 22. Mai 2023 (10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 23SMA3022

Termin: 12. Juni 2023 bis 17. Juli 2023 (6 Abende/15,00 €)

Muskelaufbautraining für Jung & Alt:

Bauch, Beine, Po & Rücken II

Der Rückenmuskel ist der größte Muskel in unserem Körper und der wichtigste Teil des Bewegungsapparates im Rücken. Ohne diese Muskulatur würde man einfach nach vorne umkippen. Die Stärkung der Rückenmuskulatur durch gezieltes Training ist daher enorm wichtig, aber auch alle anderen Muskeln tragen zur körperlichen Gesundheit und dem Wohlbefinden bei. Die meisten körperlichen Probleme entstehen durch Bewegungsmangel. Die Muskulatur wird nicht genügend beansprucht. Sie verliert an Kraft, neigt zu Verspannungen und Verkrampfungen. Durch das richtige Ganzkörpertraining lassen sich Schmerzen vermeiden, Beschwerden lindern und Haltungsschäden vorbeugen - so fördern wir nachhaltig unsere Gesundheit.

Hier geht es nicht ums Kräfteressen, sondern um gezielte Bewegung unter fachlicher Leitung, jeder in seinem Tempo und so viel er kann, deshalb für jedefrau/jedermann geeignet.

Dozentin: Karin Hoch

Gebühr: 25,00 €/15,00 €

Teilnehmerzahl: mind. 10 Personen, max. 25 Personen

Dauer: 10/6 Abende,

jeweils montags von 18.15 Uhr bis 19.15 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktkeugast

Kurs-Nr.: 23SMA3023

Termin: 27. Februar 2023 bis 22. Mai 2023 (10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 23SMA3024

Termin: 12. Juni 2023 bis 17. Juli 2023 (6 Abende/15,00 €)

Fatburner Stepp Aerobic

In dieser Stunde ist Schwitzen ein angenehmer Nebeneffekt. Wie der Name schon sagt, wird in diesem Kurs Fett verbrannt und im aeroben Training das Herz-Kreislauf-System in Schwung gebracht. Die Gymnastik-Übungen zwischen den Cardio-Sequenzen formen den Körper und straffen das Bindegewebe. Wir arbeiten mit einer Herzfrequenz von ca. 110 – 130 bpm und vervollständigen das Training mit muskelkräftigenden Übungen, so fördern wir unsere körperliche Fitness, Beweglichkeit und Ausdauer und stärken gleichzeitig eigenverantwortlich unsere Gesundheit. Im Cardio-Training benutzen wir den Stepp, da dieser mit flotter Musik zu Bewegung motiviert und die Stunde im Nu vergeht.

Dozentin: Katalin Hahn

Gebühr: 25,00 €/15,00 €

Teilnehmerzahl: mind. 10 Personen, max. 25 Personen

Dauer: 10/6 Abende,

jeweils montags von 19.15 Uhr bis 20.15 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktkeugast

Kurs-Nr.: 23SMA3025

Termin: 27. Februar 2023 bis 22. Mai 2023 (10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 23SMA3026

Termin: 12. Juni 2023 bis 17. Juli 2023 (6 Abende/15,00 €)

Full-Body-Workout

Bewegung hat einen positiven Einfluss auf die Gesundheit! Full-Body-Workout ist ein effektives und anspruchsvolles Ganzkörpertraining, bei dem die gesamte Muskulatur gestärkt, gestrafft und gefestigt wird. Nach einem Warm-up trainieren wir mit gezielten Übungen alle Muskelgruppen, kräftigen damit gleichzeitig unseren Rücken und verbessern unsere Körperhaltung. Für Abwechslung sorgen wir gelegentlich mit einem intensiven Intervalltraining und die Problemzonen kommen auch nicht zu kurz. Zum Ende hin lassen wir die Stunde mit einem Cool-down ausklingen. Wir stärken also unsere physischen Ressourcen und werden so fit für den Alltag!

Dozentin: Katalin Hahn

Gebühr: 25,00 €/15,00 €

Teilnehmerzahl: mind. 10 Personen, max. 25 Personen

Dauer: 10/6 Abende,

jeweils montags von 20.15 Uhr bis 21.15 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Kurs-Nr.: 23SMA3027

Termin: 27. Februar 2023 bis 22. Mai 2023 (10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 23SMA3028

12. Juni 2023 bis 17. Juli 2023 (6 Abende/15,00 €)

Tanz die Problemzonen weg

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen des Alltags zu meistern. Deshalb ist es wichtig Stress ab- und die körperliche Fitness aufzubauen. Wie könnte das besser möglich sein, als sich zusammen mit Frauen aller Altersgruppen bei rhythmischer Musik zu bewegen? Wir fördern das Herz-Kreislauf-System und sagen mit den passenden Bewegungen gleichzeitig den Problemzonen Bauch, Beine und Po Goodbye. So verbessern wir unsere Balance, Beweglichkeit und Ausdauer und stärken dabei auch noch unseren Geist und unsere Fitness!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe, Gymnastik-Schlappchen oder warme Socken, Getränk und vor allem gute Laune!

Dozentin: Stella Ganaki

Gebühr: 25,00 €/15,00 €

Teilnehmerzahl: min. 10 Personen, max. 15 Personen

Dauer: 10/6 Abende,

jeweils donnerstags von 19.00 Uhr bis 19.45 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Kurs-Nr.: 23SMA3029

Termin: 2. März 2023 bis 25. Mai 2023 (10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 23SMA30210

Termin: 15. Juni 2023 bis 20. Juli 2023 (6 Abende/15,00 €)

Entspannungsreise mit Klangschalen

Anspannung und Stress haben negative Auswirkungen auf unsere Gesundheit. Bei dieser Entspannungsreise lassen wir den Alltag hinter uns. Die Töne der Klangschalen lassen uns in eine intensive Entspannung, Ruhe und Gelassenheit fallen. Wir gelangen wieder in unsere Mitte und Balance, tanken Kraft und finden wieder in unsere Ausgeglichenheit. So bauen wir Stress ab, entspannen Körper und Geist und stärken unser psychisches Wohlbefinden.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und Getränk.

Dozentin: Karin Wagner, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie

Gebühr: 5,00 €

Teilnehmerzahl: min. 5 Personen, max. 8 Personen

Dauer: 1 Abend, Freitag von 17.30 Uhr bis 18.15 Uhr

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Kurs-Nr.: 23SMA3011

Termin: 14. April 2023

Positives Denken: Wie lenke ich meine Gedanken um?

Geführte Meditation mit anschließendem Workshop. Denken ist geprägt durch unsere Erziehung, Bildung, Erfahrungen und die Umwelt. Wie kann ich meine Gedanken lenken und schon im Ansatz positiv gestalten? Ist für mich das Glas halb voll oder halb leer?

Hier spielen Schlagwörter wie Dankbarkeit, Toleranz, Akzeptanz und Loslassen eine große Rolle, Freude und Lachen gehören natürlich auch dazu. Wir lernen in diesem Workshop den Ansatz des positiven Denkens, das uns hilft unser psychisches Wohlbefinden zu stärken und leichter und stressfreier durch den Alltag zu gehen.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und Getränk.

Dozentin: Karin Wagner, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie

Gebühr: 7,00 €

Teilnehmerzahl: min. 5 Personen, max. 8 Personen

Dauer: 1 Abend, Freitag von 18.30 Uhr bis 19.45 Uhr

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Kurs-Nr.: 23SMA3012

Termin: 14. April 2023

Junge vhs**Fit & Fun für Mädchen (6 - 10 Jahre)**

Bewegung fördert nachweislich die Gesundheit und das ist auch in jungen Jahren bereits extrem wichtig! Besonders gut geht das natürlich mit anderen Girls zusammen, cooler Musik und rhythmischen Bewegungen. Durch das Einstudieren der Tänze fördern wir unseren Geist, aber auch unsere Ausdauer, Beweglichkeit und Fitness. Deshalb: *Come on, let's dance!*

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe, Gymnastik-Schlappchen oder warme Socken, Getränk und vor allem gute Laune!

Dozentin: Stella Ganaki

Gebühr: 25,00 €/15,00 €

Teilnehmerzahl: min. 10 Personen, max. 15 Personen

Dauer: 10/6 Abende,

jeweils donnerstags von 18.00 Uhr bis 18.45 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Kurs-Nr.: 23SMA30211

Termin: 2. März 2023 bis 25. Mai 2023 (10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 23SMA30212

Termin: 15. Juni 2023 bis 20. Juli 2023 (6 Abende/15,00 €)

Metz Classic—Metz blue—Panasonic
LED und OLED

Beratung + Verkauf + Service

Schramm
Informationstechnik

Ottostraße 7+10 · 95233 Helmbrechts · Tel. 09252/1881

**Zivilcourage ist nie
zu viel Courage!**

Wer hilft, muss nicht den Helden spielen:
www.aktion-tu-was.de

Wir wollen,
dass Sie
sicher leben.



www.polizei-beratung.de



SEPA-Basislastschriftmandat

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats an den Markt Marktkeugast – Volkshochschule –

Mandatsreferenznummer _____ (wird von der VHS eingetragen)

Name des Zahlungsempfängers Markt Marktkeugast	Straße, Hausnummer Neuensorger Weg 10	PLZ, Ort 95352 Marktkeugast
Gläubiger-Identifikationsnummer DE61ZZZ00000352145	Land Deutschland	

Ich ermächtige den Markt Marktkeugast – Volkshochschule – Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Markt Marktkeugast – Volkshochschule – auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Mir ist bekannt, dass ich innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belastenden Betrages verlangen kann. Es gelten dabei die mit dem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name des Kursteilnehmers _____

Vorname und Name des Kontoinhabers _____

Straße und Hausnummer _____

PLZ und Ort _____

Land _____

Name des Kreditinstituts _____

IBAN _____

BIC _____

Ort, Datum

Unterschrift des Kontoinhabers

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich mit der Speicherung meiner Daten (siehe nachfolgenden Hinweis zum Datenschutz) einverstanden bin.

Hinweis zum Datenschutz nach Art. 13 Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO)

Verantwortlich für die Verarbeitung dieser Daten ist der Markt Marktkeugast – Volkshochschule, Neuensorger Weg 10, 95352 Marktkeugast, Telefon 09255/ 947-10, www.marktleugast.de. Die Daten werden für die Anmeldung zu den Kursen und für den Einzug des Entgelts für Kurse der VHS Marktkeugast erhoben. Rechtsgrundlage der Verarbeitung ist Art. 6 Abs. 1 Buchst. a) DSGVO. Weitere Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten und Ihre Rechte bei der Verarbeitung Ihrer Daten können Sie im Internet unter <https://vg.marktleugast.de/datenschutz> abrufen. Alternativ erhalten Sie diese Informationen auch von Ihrem zuständigen Sachbearbeiter oder von unserem gesetzlich vorgeschriebenen Datenschutzbeauftragten, Herrn Rainer Mattern, Gesellschaft für kommunalen Datenschutz mbH, HansasträÙe 12-16, 80686 München, Telefon 089/ 547580, E-Mail kontakt@gkds.bayern.

Bitte das ausgefüllte und unterschriebene Mandat im Original zurück an:

Volkshochschule Marktkeugast – Markt Marktkeugast ♦ Neuensorger Weg 10 ♦ 95352 Marktkeugast

Telefon 09255/ 947-10 ♦ Fax 09255/ 947-50

E-Mail poststelle@marktleugast.de ♦ Homepage www.marktleugast.de



Der Bürgermeister des Marktes Marktlegast informiert

Rede des Ersten Bürgermeisters Franz Uome zum Neujahrs- und Ehrenamtsempfang des Marktes Marktlegast am 19. Januar 2023



Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

liebe Vertreter unserer Vereine und Verbände, meine sehr geehrten Damen und Herren, für das Jahr 2023 möchte ich Ihnen, auch im Namen des Marktgemeinderates des Marktes Marktlegast, noch die besten Wünsche übermitteln, insbesondere Gesundheit, Zufriedenheit, den Erfolg, den Sie sich wünschen, und vor allen Dingen Gottes Segen.

Zum 7. Jahres- und Ehrenamtsempfang des Marktes Marktlegast darf ich Sie heute hier im Bürgersaal herzlich willkommen heißen. Ich freue mich sehr, dass Sie meiner Einladung gefolgt sind.

- Im Speziellen freut es mich sehr, dass auch unser Landrat gekommen ist, den ich hiermit ganz besonders begrüßen möchte. Lieber Klaus, herzlich willkommen.
- Ebenfalls einen herzlichen Willkommensgruß sende ich der Ersten Bürgermeisterin der Gemeinde Ludwigschorgast und stellvertretenden CSU-Kreisvorsitzenden, Doris Leithner-Bisani,
- Schuldirektorin unserer Grundschule, Annette Marx,
- Vorstandsvorsitzenden der Raiffeisenbank Oberland in Marktlegast, Ralph Goller,
- Geschäftsstellenleiter der Sparkasse Kulmbach-Kronach in Marktlegast, Phillip Laaber,
- Pfarrer Hans-Jürgen Müller,
- den Bürgermeisterkollegen Martin Döring und Clemens Friedrich,
- den Marktgemeinderätinnen und -räten sowie
- Geschäftsstellenleiter Michael Laaber.

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger, meine sehr geehrten Damen und Herren,

der Beginn eines neuen Jahres ist für uns alle eine Zeit der Rückbesinnung, aber auch der Erwartung, der Hoffnung und die Zeit, um sich mit guten Vorsätzen und Ideen auf das neue Jahr einzustimmen.

Wer von uns hatte sich den Beginn des vergangenen Jahres so vorgestellt, wie er am 24. Februar mit dem Angriffskrieg Russlands gegen die Ukraine begonnen hat? Ich denke wohl sicher niemand unter uns.

Wir hatten am Anfang des Jahres 2022 nach zwei schwierigen Jahren Covid-Pandemie die große Hoffnung, Corona hinter uns zu lassen und im Geschäftsleben, im Privatbereich, im Beruf, Schule, Kindergarten, im Verein und natürlich auch im kommunalen Bereich wieder voll durchzustarten zu können.

Doch mit Kriegsbeginn brach die nächste Katastrophe auf unsere ukrainischen Freunde, auf uns in Europa, in der Welt und natürlich auch mit direkten Auswirkungen auf uns vor Ort herein.

Der von Putin begonnene Krieg gegen Ukraine brachte neben unbeschreiblichem Leid in Osteuropa viele Sorgen, Probleme und Konsequenzen auch für uns alle mit sich.

Seither erreichen uns täglich immer wieder erschütternde Bilder und Nachrichten aus der Ukraine. Die EU-Mitgliedstaaten, die Vereinigten Staaten von Amerika, die NATO und viele andere Nationen haben sich auf weitreichende Sanktionen gegenüber Russland verständigt.

Weit über drei Millionen ukrainische Frauen und Kinder haben mittlerweile ihr Heimatland verlassen. Über eine Million Flüchtlinge sind seither bei uns in Deutschland aufgenommen und untergebracht worden. Das ist wirklich eine Herkulesaufgabe, die es zu meistern gilt.

Es ist leider nichts mehr so, wie es einmal war.

Die Beschaffungskosten für Gas, Öl, Strom, Kohle, Holz usw. sind geradezu explodiert und horrend gestiegen. Mit einer Rekordinflation von bis über 10% sind auch alle Lebensmittel und viele andere Leistungen des täglichen Bedarfs enorm angestiegen und wir verzeichnen einen deutlichen Kaufkraftverlust unserer Währung.

Viele Familien, Geschäftsleute, große Teile der Industrie sind deswegen in enorme Schwierigkeiten geraten. Der Staat musste in vielen Bereichen eingreifen und durch Hilfspakete diese Situation abmildern.

Die durch die Krise entstandenen Lieferengpässe haben große Verwerfungen auf dem Beschaffungsmarkt verursacht, die auch an unserer Kommune nicht spurlos vorübergegangen sind. Ein Beispiel dafür ist, unser Bürgerbegegnungszentrum mit Arztpraxis in der Kulmbacher Straße. Durch enorme Lieferverzögerungen/ Inflation sind die Baukosten ebenfalls stark angestiegen.

Wir dürfen deswegen den Kopf nicht in den Sand stecken und in Resignation verfallen. Denn damit ist dann auch Niemandem geholfen.

Den Rückblick auf das vergangene Jahr nehme ich auch zum Anlass, Dank und Anerkennung auszusprechen.

Den heutigen Tag möchte ich deshalb nutzen, meinen Dank an die Bürgerinnen und Bürger zu richten, die sich in selbstlosen, ehrenamtlichen Einsatz in unserer Kommune eingesetzt und engagiert haben. Sie alle haben an Ihrer Stelle Großartiges für das Gemeinwohl, für das gesellschaftliche Zusammenleben und damit zum Zusammenhalt in unserer Heimatgemeinde geleistet.

Diese hohe Einsatzbereitschaft sehe ich als besonderes „Qualitätsmerkmal“ unseres Gemeinwesens an. So konnten wir wieder viel erreichen.

Etlche Beispiele zeigen, dass es möglich ist, das Leben in der Kommune in diesem Sinne zu gestalten.

Deshalb ist es mir heute ein ganz besonderes Anliegen dafür Respekt und Dank auszusprechen.

- Unseren sozialen Einrichtungen, dem **Dr.-Julius-Flierl Seniorenheim** in Marktlegast und dem **AWO-Pflegeheim** in Marienweiher. Ich danke allen Pflegekräften und allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Sie leisten enorm wertvolle Arbeit für unsere Seniorinnen und Senioren und den pflegebedürftigen Menschen. Gerade in den letzten zweieinhalb Jahren war es für sie alle eine ganz besondere Herausforderung, die sie in hervorragender Weise gemeistert haben.
- Vielen Dank auch den Mitgliedern der **BRK-Bereitschaft** Marktlegast-Mannsflur und den „**Helfern vor Ort**“ in Grafengehaig für ihren Einsatz.
- Vielen Dank für das enge, mit großem Vertrauen geprägte Verhältnis zu unseren **Kirchengemeinschaften**, der evangelischen und katholischen Kirche. Es ist mir sehr wichtig, ein offenes und gutes Miteinander zu pflegen. Ich freue mich sehr auf die Zusammenarbeit mit Pfarrer Florian, der im Herbst des letzten Jahres, die Nachfolge von Pater Adrian übernommen hat.
- Ehrenamtliche Arbeit, die für das Gemeinwohl unbezahlbar und wertvoll ist, leisten alle unsere **Vereine und Organisationen**. Sie sind vom kulturellen und vom gesellschaftlichen Leben in unserer Gemeinde nicht mehr wegzudenken und ungemein wichtig. Diese Arbeit ist ein festes Fundament einer verantwortungsbewussten Gemeinschaft. Tausend Dank an alle, die dazu beitragen.

- Mein besonderer Dank gilt unseren **sechs Ortsfeuerwehren** - Marktlegast, Hohenberg, Mannsflur, Marienweiher, Steinbach und Neuensorg - hier vor allem den verantwortlichen Kommandanten, Hans Kögler, Daniel Schramm, Heiko Stäsche, Patrick Klier, Oswald Knarr und Markus Weber. Ihr und Euer gesamtes Team bringen sehr viel wertvolle Freizeit dafür ein. Das Engagement, die herausragende Arbeit und die ständige Einsatzbereitschaft, Tag und Nacht, 24 Stunden zum Schutz von Menschenleben und Hab und Gut der Bevölkerung bereit zu stehen, ist von unschätzbarem Wert. Vielen Dank auch an Euch und Eure Familien.
 - Ein sehr gutes Arbeitsverhältnis pflege ich mit dem Lehrerkollegium und der Schulverwaltung unserer **Grundschule**. Liebe Frau Anette Marx, Ihnen und der Konrektorin Tanja Herold wünsche ich weiterhin eine glückliche Hand und viel Erfolg bei ihrer Arbeit. Meine Damen und Herren, den Kampf zum Erhalt unserer 5. und 6. Klasse haben wir im letzten Jahr leider verloren. Das schmerzt mich, die Familien und die Schülerinnen und Schüler natürlich sehr. Unser Schulgebäude hat genügend Räumlichkeiten und bietet Fachräume an. Das Schulhaus ist mit allem bestens ausgestattet. Eine Hoffnung bleibt uns aber dennoch. Die Klassen sind laut Aussage des Schulamtsdirektors Michael Hack nicht aufgelöst, sondern erst einmal inaktiv gestellt. Deshalb haben wir große Hoffnungen auf positive Entscheidungen und Nachrichten seitens des Staatlichen Schulamts.
 - Vielen Dank den Betreuerinnen des **Kindergartens „Arche Noah“** und der Leiterin Michaela Stark. Wir haben in enger Zusammenarbeit mit Herrn Pater Adrian und unserer Kommune in den letzten Jahren vieles erreicht. Ich denke dabei an das letzte Projekt und zwar die Erweiterung und Sanierung des Kinderspielplatzes, der wunderschön geworden ist, aber auch sehr viel Geld gekostet hat.
 - **Jugendarbeit** in allen Bereichen wird in unserer Gemeinde großgeschrieben und hat einen hohen Stellenwert. Allen, die sich hier mit aktiv einbringen, gilt mein besonderer Dank. Mit der Einführung der **Gemeindejugendarbeit**, an der unser Jugendbeauftragter der Marktgemeinde Marktlegast, gleichzeitig Vorsitzender des Kreisjugendrings, Michael Schramm, einen großen Anteil hatte, haben wir einen großen Schritt für die Daseinspflege und Vorsorge gemacht. Dafür, lieber Michael, meinen herzlichen Dank.
 - Ein ganz besonderer Dank gilt in dieser schwierigen Zeit allen **Arbeitgebern, den Geschäftsinhabern und unseren Handwerksbetrieben**, die mit den Auswirkungen der Pandemie schwer zu kämpfen hatten und zum Teil immer noch haben. Sie halten wichtige Arbeitsplätze vor und sind ein Garant dafür, den Lebensstandard für unsere Bevölkerung zu gewährleisten. Ein gutes Miteinander zwischen Kommune und Wirtschaft hat für mich höchste Priorität.
 - Unsere **Bücherei**, die in der Schule untergebracht ist, wird von Gabi Schickgramm ehrenamtlich betreut. Die neue Bücherei wird in Zukunft im Bürgerbegegnungszentrum in der Kulmbacher Straße eine neue Heimat finden. Vielen Dank, Gabi, für die vielen Stunden, die Du hier ehrenamtlich geleistet hast.
 - Unsere örtlichen **Banken**, die Raiffeisenbank Oberland und die Sparkasse Kulmbach-Kronach, zeigen sich immer sehr spendabel, wenn es darum geht, die Vereine und Verbände durch großzügige Spenden zu unterstützen. Vielen, vielen Dank dafür. Wir sind sehr froh, dass sich beide Banken noch vor Ort befinden und nicht, wie in anderen Städten und Gemeinden, ihre Filialen bereits geschlossen haben.
 - Nicht zuletzt danke ich meinen beiden **Bürgermeisterkollegen**, Martin Döring und Clemens Friedrich, für das enge und gute Vertrauensverhältnis. Ich danke auch allen Mitgliedern des **Marktgemeinderates**. Ich denke schon, dass wir auf einem guten Weg sind, die erforderlichen Schritte zu tun, um unsere Marktgemeinde weiter voranzubringen.
 - Meinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der **Verwaltung** und dem **Geschäftsstellenleiter** Michael Laaber danke ich für die gute, konstruktive und loyale Zusammenarbeit. Vielen Dank sage ich auch meinen Mitarbeitern des **Bauhofs** und den **Reinigungskräften**.
- Ihr alle leistet hervorragende Arbeit. Vielen Dank dafür.**
- Meine sehr geehrten Damen und Herren,
in den vergangenen neun Jahren seit meiner Amtseinführung, haben wir eine Menge erreicht. Viele wichtige Projekte wurden bisher umgesetzt oder bereits auf den Weg gebracht. Durch die Einhaltung unseres strikten Haushaltskonsolidierungskurses, den wir seit 2014 eingeschlagen haben, hat sich der Markt finanziell gut entwickelt, trotz aller negativen wirtschaftlichen Prognosen. Seit 2014 haben wir vom Freistaat Bayern zur Finanzierung von Investitionen in unsere Pflichtaufgaben und den Abbau von Schulden insgesamt 3.115.000 Euro an Stabilisierungshilfen erhalten. Vielen Dank der Bayerischen Staatsregierung, die ihre Landkreise, Städte und Gemeinden gerade in diesen schwierigen Zeiten nicht im Stich lässt. Leider konnten wir den negativen Trend der demografischen Entwicklung noch nicht entscheidend umkehren. Durch die rege Bautätigkeit jedoch, die in den letzten Jahren erfreulicher Weise zugenommen hat, bleibt die Bevölkerungszahl relativ stabil. Vermehrt lassen sich wieder junge Familien in unserer Heimatgemeinde nieder. Die Planungen für ein neues **Baugebiet** in der Prof.-Rucker-Straße mit 15 Bauplätzen laufen bereits. Ich hoffe sehr, dass wir in diesem Jahr ein großes Stück vorankommen und bald schon Bauplätze anbieten können. Den **Schuldenstand** konnten wir seit 2014 um etwa 70% ringern, der Ende 2022 noch bei ca. 1.000.000 Euro lag. Die **Pro-Kopf-Verschuldung** lag am 31.12.2022 bei 323 Euro je Einwohner und damit weit unter dem Landesdurchschnitt vergleichbarer Kommunen unserer Größe. Trotz erheblicher Investitionen sind wir in den vergangenen neun Jahren ohne eine **Neuverschuldung** ausgekommen. Ob das so bleibt, wird abzuwarten sein. Wir sind gerade dabei den Haushalt für 2023 zusammenzustellen. Dieser soll dann am 17. April beschlossen werden.
- Auch im **Sträßenaus- bzw. -neubau** sind wir ein großes Stück vorangekommen.
- Der zweite Teilabschnitt nach Hermes ist bereits begonnen und wird in den kommenden Wochen fertiggestellt. Wir wollten eigentlich noch Ende letzten Jahres damit fertig sein. Die Verzögerung ist dadurch entstanden, weil ca. 100 m Versorgungsleitungen (Wasser) neu verlegt wurden.
 - Die Marktstr. hoch zum Rathaus/ Salon Petrik bis zur Kreuzgasse wurde endlich erneuert und asphaltiert.
 - Die Ringstraße im Baugebiet Höhenweg wurde samt Straßenbeleuchtung fertiggestellt.
 - Der Antoniusplatz wurde fertiggestellt und ebenso die Straße bis zur St. Bartholomäuskirche erneuert.
- An dieser Stelle möchte ich einige Baumaßnahmen aufzeigen:**
- Die Park- bzw. Freiflächengestaltung am Bürgersaal/ Sportheim in Hohenberg wurde umgesetzt. Die war ein lang gehegter Wunsch der Hohenberger Bürgerinnen und Bürger.
 - Das Gebäude in der Hauptstraße 33 in Hohenberg wurde mit Mitteln des Amts für Ländliche Entwicklung abgerissen und eine große Freifläche geschaffen.
 - Auch die Hofstelle Rausch/ Schott entlang der Marktstraße in Marktlegast wurde fertiggestellt. Es entstand eine große Freifläche und weitere acht neue Parkmöglichkeiten.
 - Die Schule wurde digital auf den neuesten Stand gebracht.
 - Der Breitbandausbau ging weiter voran. Es wurden 200 Haushalte mit Glasfaser ins Haus verstärkt.

- Die neue **Arztpraxis** unserer Oberlandärztinnen, Dr. Natascha von Schau und Dr. Carola Klein, wurde am 14. Oktober feierlich im Beisein vieler Gäste, darunter auch Landrat Klaus Peter Söllner, übergeben. Damit wird die ärztliche Versorgung in Marktkeugast und Umgebung entscheidend gestärkt und auf viele Jahre gesichert. Die großzügigen Praxisräume mit über 250 m² hat die Marktgemeinde ohne Förderung auf eigene Kosten gestemmt. „Die Arztpraxis soll Modellarztpraxis der Zukunft werden“, so Natascha von Schau in ihrem Grußwort zur Eröffnung der Praxis. Die Praxis steht zukünftig Medizinstudentinnen und -studenten mit der Absicht zur Verfügung, medizinischen Nachwuchs für die Vorteile und künftige Arbeit auf dem Land zu gewinnen.
Am 1. September übergab Staatsminister Klaus Holetschek einen Förderbescheid für das Projekt „HAPpEN“. Dieses Projekt, ein Hausarzt zentriertes Adipositas-Präventionsprogramm, wird in Marktkeugast in der hausärztlichen Arztpraxis der Zukunft verwirklicht bzw. ausgebaut.
- Eröffnung des **Mehrgenerationenspielplatzes** im Griebinger Garten im Beisein einer Delegation unserer ungarischen Partnergemeinde aus Pilisszentiván und der ILE-Managerin Elena Büttner. Mit Unterstützung aus dem Regionalbudget des Amtes für Ländliche Entwicklung (ALE) wurden Outdoor-Fitnessgeräte angeschafft. Damit haben wir mit dem Kinderspielplatz und dem Outdoor-Platz einen attraktiven Mehrgenerationenspielplatz geschaffen.
- Umrüstung der Feuerwehren auf Digitalfunk.
- Schlauchwaschanlage in der Freiwilligen Feuerwehr Marktkeugast wurde angeschafft.
- Ein Server für die Grund- und Mittelschule wurde installiert.
- Und so vieles mehr. Die Aufzählung, meine Damen und Herren, könnte ich hier weiter fortfahren. Aus zeitlichen Gründen verzichte ich darauf.

Was ist für 2023 geplant?

- Das **Bürgerbegegnungszentrum** am Unteren Anger soll bis Ende Mai fertig sein und seiner Bestimmung übergeben werden. Das Haus soll zukünftig als Begegnungszentrum für Jung und Alt, als Ort der Vereine und Organisationen, als Ort der Bildung und sonstigen Festivitäten dienen. Auch ein Trauzimmer ist mit vorgesehen. Es wird ein weiterer wichtiger Baustein zur Gestaltung des Lebensumfeldes für differenzierte Ansprüche der Einwohner und Besucher und dient der Erhaltung und Anpassung sozialer Infrastruktur in unserer Marktgemeinde.
- Das zweite große Projekt, welches in unserem Wallfahrtsort Marienweiher entsteht, ist das **Pilger- und Begegnungszentrum**. Auch hierfür erhalten wir vom Amt für Ländliche Entwicklung eine sehr hohe Förderung. Es soll ein weiterer Meilenstein in der zukünftigen Entwicklung unseres „*Marien-Wallfahrtsortes*“ und der gesamten Marktgemeinde sein. Die Bedeutung dieses Projektes soll Strahlkraft für ganz Oberfranken und darüber hinaus erlangen.
- In den nächsten zwei Jahren steht die **Sanierung der Dreifachsporthalle** an. In den nächsten Wochen und Monaten wollen wir damit beginnen. Die Gesamtfertigstellung der Sanierungsmaßnahme ist für Ende 2024 vorgesehen. Das Projekt wird aus dem Bundesprogramm SJK - Sanierung kommunaler Einrichtungen im Bereich Sport, Jugend und Kultur gefördert. Wir erhalten für diese Maßnahme 751.500 Euro an Fördermitteln. Aus heutiger Sicht wird unser Eigenanteil etwa 250.000 Euro betragen. Hier möchte ich mich für die Unterstützung durch unsere Bundestagsabgeordnete Emmi Zeulner bedanken.
- Rest-Umstellung der Straßenbeleuchtung auf LED (70 Leuchtpunkte).

Trotz vieler Unwägbarkeiten blicke ich mit Zuversicht auf das vor uns liegende Jahr. In diesem Optimismus sehe ich mich vor allem durch die Einstellung von Ihnen, verehrte Bürgerinnen und Bürger, bestärkt. Ich danke Ihnen für die Teilnahme am kommunalen Geschehen, für die sachliche

Kritik, für konstruktive Anregungen und gute Vorschläge. Ich danke vor allen Dingen auch denen, die für unsere Entscheidungen, die im Interesse des Gemeinwohls zu treffen waren und sind, Verständnis aufbringen. Und dies ist wirklich die überwältigende Mehrheit, meine Damen und Herren.

Am Schluss meiner Ausführungen, möchte ich noch auf die Aktivposten in unserer Gesellschaft zurückkommen, die oft genug im Tagesgeschäft untergehen und keinerlei Erwähnung finden. Wie Sie mittlerweile wissen, habe ich mir vorgenommen anlässlich meines Jahresempfanges genau diese Personen einmal herauszustellen.

Ich habe heute zwei junge, dynamische Damen eingeladen, die es verdient haben, öffentlich genannt zu werden. Ich begrüße heute ganz herzlich, **Theresa Wunder** und **Stefanie Rauh** aus Steinbach. Ich freue mich sehr, dass beide meiner Einladung gefolgt sind und zu dieser Veranstaltung gekommen sind. Beide haben sich durch ihre schulische Ausbildung und ihr Studium, das sie sehr erfolgreich abgeschlossen haben, ein festes Fundament für ihre weitere berufliche Zukunft (Karriere) geschaffen.

• Theresa Wunder

Theresa hat in Frankfurt/ Main an der - „Universität of Applied Sciences“ - Architektur studiert und mit dem Bachelor abgeschlossen. In der OTH, „Ostbayerische Technische Hochschule“ in Regensburg hat sie dann noch den Master Architektur mit einer Gesamtnote von 1,3/sehr gut abgelegt.

Im Sommersemester 2020 schrieb sie dann die Abschlussarbeit/ Projektarbeit für das Kloster Engelberg. Thema war: Umnutzung und Erweiterung der Klosteranlage zu einer Herberge mit Therapiebereichen für psychisch belastete Menschen.

- Seit September 2020 arbeitet Theresa in einem Architekturbüro in Regensburg (Köstlbacher Miczka Architektur Urbanistik).

- Ab April 2023 wechselt sie dann in die Bayerische Landeshauptstadt München in ein Architekturbüro.

Seit vielen Jahren führt Theresa die Theater- und Weihnachtsgruppe in Steinbach an. Meistens am 3. Advent findet die beliebte Dorfweihnachtsfeier statt, wo sie in professioneller Weise durch ein dreistündiges Programm führt. Sie schreibt u.a. die Weihnachtsgeschichte selbst. Ich konnte schon öfters mit dabei sein und war jedes Mal begeistert. Mit dieser Adventsfeier wird man auf das bevorstehende Weihnachtsfest bestens eingestimmt.

Liebe Theresa, herzlichen Glückwunsch. Ich hoffe doch sehr, dass Du in naher Zukunft wieder in den Landkreis Kulmbach zurückkehren wirst.

• Stefanie Rauh

Stefanie Rauh hat ihren Masterabschluss in Betriebswirtschaftslehre (Master of Science) an der Universität Bayreuth mit den Schwerpunkten Personalmanagement und internationales Management mit der Gesamtnote sehr gut (1,5) bestanden. Ihre Masterarbeit hat Stefanie Rauh nicht in Deutsch, sondern in englischer Sprache im Bereich Human Resource Development geschrieben (Personalmanagement/ Personalentwicklung).

Sie arbeitet jetzt im Großraum Erlangen-Nürnberg im HR-Bereich (das ist der Bereich eines Unternehmens, der für die Verwaltung des Personallebenszyklus, d.h. Bewerbungsprozess, Einstellung, Einschulung und Entlassung des Personals) sowie für die Verwaltung der Mitarbeiter Vorteile verantwortlich ist. Dieser Bereich ist für den Unternehmenserfolg sehr entscheidend und von wichtiger Bedeutung.

Bereits 2018 hat Stefanie an der Universität Passau die Bachelorprüfung im Bereich „Kulturwirtschaft/ International Cultural and Business Studies“ mit der Gesamtnote gut (1,9) erfolgreich abgelegt. Das Thema der Bachelorarbeit war: „Der Einfluss von kultureller Diversität auf die Leistung von Teams im organisationalen Kontext: eine systematische Literaturanalyse.“
Liebe Stefanie, herzlichen Glückwunsch und auch Dir weiterhin viel Erfolg in Deinem weiteren beruflichen Leben.

Auch von Dir würde ich mir wünschen, dass Du bald wieder in Deine Heimat zurückkehrst.

Wir brauchen händeringend Fachkräfte und das seid Ihr beide ohne Zweifel.

Neujahrs- und Ehrenamtsempfang des Marktes Marktlegast

Zum siebten Mal hat Bürgermeister Franz Uome verdiente Bürger, die sich ehrenamtlich in der Kultur, der Kirche, in Vereinen und im sozialen Dienst engagieren, zum Neujahrs- und Ehrenamtsempfang geladen.

Rückblick

Uome sprach in seinem Rückblick die Erwartungen und Hoffnungen der Bürger nach zwei schwierigen Pandemie Jahren an, die dann am 24. Februar durch Putins Krieg gegen die Ukraine zerbrochen seien. „Damit brach die nächste Katastrophe auf die Ukraine, auf Europa, die Welt und natürlich auch mit Auswirkungen auf unseren Ort herein“, klagte der Bürgermeister. Bilder und Nachrichten aus der Ukraine würden uns immer wieder erschüttern. Deutschland hätte über eine Million Flüchtlinge aus der Ukraine aufgenommen und untergebracht, „eine Herkulesaufgabe, die es zu meistern gilt“. Im Zuge des Krieges seien die Kosten für alle Energiearten horrend gestiegen, ebenso explodiert seien die Lebensmittelpreise. Viele Familien, Geschäftsleute, Industrien seien in enorme Schwierigkeiten geraten. Der Staat hätte deshalb zahlreiche Hilfspakete schnüren müssen, um die Situation abzumildern. Zusätzlich seien durch die Krise Lieferengpässe entstanden, was zu großen Verwerfungen auf dem Beschaffungsmarkt geführt hätte. „Diese sind auch an unserer Kommune nicht spurlos vorübergegangen. Ein Beispiel dafür ist unser Bürgerbegegnungszentrum mit Arztpraxis, durch enorme Lieferverzögerungen und die Inflation sind die Baukosten stark angestiegen. Wir dürfen und werden deshalb aber den Kopf nicht in den Sand stecken.“

Dank an Bürger

Uome dankte den vielen Bürgern, die sich in selbstlosen ehrenamtlichen Einsatz für Marktlegast einsetzen. „Diese hohe Einsatzbereitschaft sehe ich als besonderes Qualitätsmerkmal unseres Gemeinwesens.“ Sein Dank ging an das BRK-Seniorenheim in Marktlegast, an das AWO-Pflegeheim in Marienweiher, die BRK-Bereitschaft Marktlegast-Mannsfur, den „Helfern vor Ort“ aus Grafengehaig, den katholischen und evangelischen Kirchengemeinschaften, allen Vereinen und Organisationen, ohne die das kulturelle und gemeinschaftliche Leben in Marktlegast nicht denkbar wäre, den sechs Ortsfeuerwehren in Marktlegast, Hohenberg, Mannsfur, Marienweiher, Steinbach und Neuensorg mit ihren Kommandanten und den Schulen und Kindergärten mit ihren Leiterinnen. Einen hohen Stellenwert hat in Marktlegast die Jugendarbeit, mit der Einführung der Gemeindejugendarbeit hätte man einen großen Schritt für die Daseinspflege und Vorsorge getan. Großen Anteil daran hätte Michael Schramm, der gleichzeitig auch Vorsitzender des Kreisjugendrings ist. Auch allen Mitarbeitern in der Verwaltung und im Bauhof sprach Uome seinen Dank aus.

Finanzen und Baumaßnahmen

Seit 2014 tragen die strikten Haushaltskonsolidierungen Früchte, der Schuldenstand sei seit dieser Zeit um 70 Prozent auf etwa eine Million Euro gesunken. Dazu beigetragen hätten auch die mehr als 3,1 Millionen Euro Stabilisierungshilfe vom Freistaat Bayern. Trotz erheblicher Investitionen sei man neun Jahre ohne Neuverschuldung ausgekommen. „Ob das so bleibt, wird abzuwarten sein.“ Erfreulich, dass die Bevölkerungszahl relativ stabil ist.

Weit sei man im Straßenaus- und -neubau gekommen. Mit dem zweiten Bauabschnitt nach Hermes sei begonnen worden, die Marktstraße zum Rathaus/ Salon Petrick sei bis zur Kreuzgasse erneuert und asphaltiert worden, die Ringstraße im Baugebiet Höhenweg sei samt Straßenbeleuchtung fertiggestellt worden. Auch viele Baumaßnahmen seien abgeschlossen worden, darunter auch der Mehrgenerationenspielplatz im Grieflinger Garten. Mit der Einweihung der neuen Arztpraxis der Oberlandärztinnen Dr. Natascha von Schau und Dr. Carola Klein sei die ärztliche Versorgung in Marktlegast und Umgebung entscheidend gestärkt worden. „Die Arztpraxis soll Modellpraxis der Zukunft werden“, wiederholte

Uome die Worte von Natascha von Schau anlässlich der Einweihung. Künftig würden in der Praxis auch Medizinstudenten ausgebildet, mit dem Ziel, medizinischen Nachwuchs für Landarztpraxen zu gewinnen. Mit dem Projekt „HAPpEN“, ein Hausarzt zentriertes Adipositas-Präventionsprogramm, wird die hausärztliche Arztpraxis der Zukunft verwirklicht.

Für 2023 geplant

Das Bürgerbegegnungszentrum in der Kulmbacher Straße soll fertiggestellt und ein Ort der Begegnung für Jung und Alt werden. Auch ein Trauzimmer sei vorgesehen. „Dies ist ein weiterer wichtiger Baustein zur Gestaltung unseres Lebensumfeldes.“ Ein weiterer Meilenstein für die zukünftige Entwicklung des Marien-Wallfahrtsortes Marienweiher wird das zweite große Projekt der Marktgemeinde, das Pilger- und Begegnungszentrum. „Die Bedeutung dieses Projekts soll Strahlkraft für ganz Oberfranken und darüber hinaus erlangen.“ Auch die Sanierung der Dreifachsporthalle wird in den nächsten Wochen beginnen. Gefördert durch das Bundesprogramm SJK mit 751.500 Euro. Dazu kommt ein Eigenanteil in Höhe von 250.000 Euro. Uome dankte für die Unterstützung der Bundestagsabgeordneten Emmi Zeulner.

Ehrung

In diesem Jahr hat der Bürgermeister zwei „junge, dynamische Damen“ aus Steinbach, „die durch ihre schulische Ausbildung und ihr Studium ein festes Fundament für ihre weitere Karriere geschaffen haben“ ausgewählt.

Theresa Wunder hat in Frankfurt an der Universität of Applied Sciences Architektur studiert und mit Bachelor abgeschlossen, den Master Architektur mit der hervorragenden Note von 1,3 hat sie in Regensburg an der Ostbayerischen Technischen Hochschule abgelegt. Sie arbeitet in einem Architekturbüro in Regensburg und wird im April nach München wechseln. Theresa führt seit Jahren die Theater- und Weihnachtsgruppe in Steinbach. Für die beliebte Dorfweihnachtsfeier, jeweils am 3. Advent, schreibt sie die Weihnachtsgeschichte selbst und führt durch das Programm. Stefanie Rauh hat ihren Masterabschluss in BWL an der Uni Bayreuth mit den Schwerpunkten Personalmanagement und internationales Management mit der Gesamtnote 1,5 abgeschlossen. Ihre Masterarbeit hat sie in englischer Sprache geschrieben. Ihre Bachelorprüfung hat sie bereits 2018 an der Uni Passau im Bereich Kulturwirtschaft/ International Cultural and Business Studies mit 1,9 abgelegt. Stefanie arbeitet im Großraum Erlangen-Nürnberg im Human Resource Bereich.

Uome hofft, dass beide einmal wieder den Weg in die Heimat finden, „wir brauchen händierend Fachkräfte und das seid Ihr beide ohne Zweifel“.

Grußwort vom Landrat

„Die beiden Power-Frauen aus Steinbach schreiben eine wunderbare positive Geschichte für das Oberland“, lobte der beeindruckte Landrat Klaus Peter Söllner. Auch die tolle Bilanz von Marktlegast hat dem Landrat gefallen. Hier würde aufgezeigt, dass das Oberland Zukunft hat und auf einem guten Weg sei. Auch wenn man von der Förderkulisse profitiert hätte, „das muss man sich erst einmal erkämpfen“. Es müssten entsprechende Konzepte auf den Weg gebracht werden. Marktlegast stünde auf gesunden Füßen. Auch der Landkreis würde so gut dastehen. „Mit 5,4 Millionen Verschuldung haben wir so wenig Schulden wie noch nie seit Bestehen des Landkreises, trotz höchster Investitionsquote.“ Im letzten Jahr seien im Landkreis Kulmbach 600 neue Arbeitsplätze geschaffen worden, zurzeit sind es insgesamt 29.000 Arbeitsplätze im Landkreis. Die Ehrenamtsquote sei im Landkreis herausragend „und Marktlegast ist vorne dran“. In der Flüchtlingsfrage hätte der Landkreis über 400 Asylanten untergebracht, dazu 780 ukrainische Kriegsflüchtlinge. Ohne Unterstützung werde man dies nicht bewältigen können. In Turnhallen will er niemanden unterbringen. „Als Mann des Sports will ich, dass dort Sport und Training betrieben werden kann.“ Auch in Containern will er niemanden unterbringen, „200 Menschen auf einem Fleck, das tut nicht gut“.

Helmut Engel



Blick in den Bürgersaal.

Bürgermeister Franz Uome hatte zum Neujahrs- und Ehrenamtsempfang in den Bürgersaal geladen.



Bürgermeister Franz Uome dankte den vielen Bürgern, die sich in selbstlosen ehrenamtlichen Einsatz für Marktleugast einsetzen.



Außerdem ging das Gemeindeoberhaupt in seiner Rede auf die Finanzen, Baumaßnahmen und zukünftige Pläne ein.



Theresa Wunder und Stefanie Rauh wurden für ihren hervorragenden Abschluss mit kleinen Geschenken honoriert.



Zwei junge, erfolgreiche Frauen aus Steinbach, Theresa Wunder (2. von rechts) und Stefanie Rauh (2. von links) wurden anlässlich des Neujahrs- und Ehrenamtsempfang der Marktgemeinde Marktleugast durch Bürgermeister Franz Uome (links) ausgezeichnet. Auch Landrat Klaus Peter Söllner (rechts) war beeindruckt von der Steinbacher Frauen-Power.



Natürlich stand für die beiden Steinbacherinnen auch der Eintrag im Gästebuch der Marktgemeinde Marktkeugast bevor.



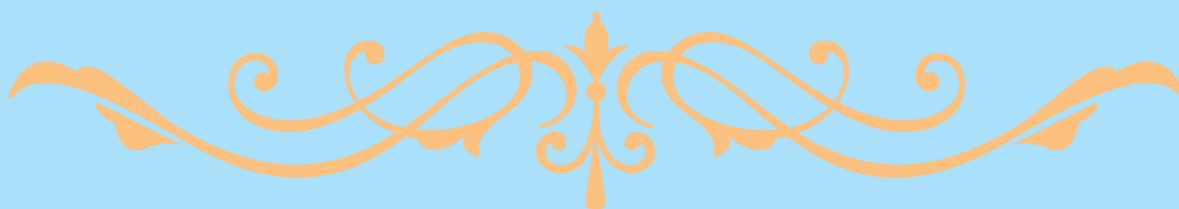
Theresa Wunder (sitzend) trug sich in das Gästebuch der Marktgemeinde Marktkeugast ein.



Auch Stefanie Rauh verewigte sich im Gästebuch der Marktgemeinde Marktkeugast ein.



Landrat Klaus Peter Söllner lobte in seinem Grußwort die tolle Bilanz von Marktkeugast.



Goldene Hochzeit im Hause Buß

Christine und Winfried Buß feierten in Tannenwirthaus ihre Goldene Hochzeit. Christine lernte ihren Winfried im Tanzcafé „Goldenen Hirschen“ in Stadtsteinach kennen. Die Liebe führte sie als Stadtsteinacherin nach Tannenwirthaus, wo die beiden seit nun 50 Jahren glücklich verheiratet sind. Das Glück machen die beiden Kinder, Marco und Tanja, perfekt.

Bürgermeister Franz Uome überbrachte dem Jubelpaar die herzlichsten Glückwünsche der Marktgemeinde Marktkeugast zum 50-jährigen Hochzeitsjubiläum.

Markt Marktkeugast



Das goldene Jubelpaar Christine (2. von rechts) und Winfried Buß (links) mit Erstem Bürgermeister Franz Uome (rechts).

Barbara Burger feierte ihr 85. Wiegenfest

Ihren 85. Geburtstag feierte Barbara Burger aus Hohenberg, die hier jeder als „Die Betty“ kennt, bei guter Gesundheit. Zahlreiche Gratulanten gaben sich während des ganzen Tages die Türklinke in die Hand, dies zeigt die große Beliebtheit der Jubilarin. Dritter Bürgermeister Clemens Friedrich gratulierte im Namen der Marktgemeinde Marktkeugast und wünschte der Jubilarin noch viele schöne Tage mit ihrer Familie.

Markt Marktkeugast



Dritter Bürgermeister Clemens Friedrich (rechts) überbrachte Barbara Burger (links) die besten Glückwünsche des Marktes Marktkeugast zum 85. Geburtstag.

Automatischer Externer Defibrillator in Betrieb genommen

Im Gemeindegebiet Marktkeugast wurde ein neuer öffentlich zugänglicher Automatischer Externer Defibrillator (AED/Defi) feierlich in Betrieb genommen. Dieser hängt nun beim Feuerwehrzentrum in Marktkeugast. Er ist in der Mitte der Garagentore zu finden, ist für jeden öffentlich zugänglich und steht für die Sicherheit der Bevölkerung zur Verfügung.

Kommandant Hans Kögler freute sich bei der feierlichen Vorstellung der neuen Sicherheitseinrichtung, neben Bürgermeister Franz Uome, auch die Vorstände der Raiffeisenbank Oberland Ralph Goller und Peter Girndt sowie Karl Bernet vom BRK Bayreuth begrüßen zu können.

Wie Kögler feststellte, habe er vor einiger Zeit von diesen neuen lebensrettenden Automatischen Externen Defibrillatoren gelesen und sich daraufhin über die Installation mit Bürgermeister Franz Uome unterhalten. Hinsichtlich der Finanzierung nahm der Bürgermeister dann Kontakt mit Vorstandsvorsitzenden Ralph Goller von der Raiffeisenbank Oberland auf. Mit Erfolg, so Kögler.

Die Kosten für das lebensrettende Gerät und die Errichtung der Aufbewahrungsmöglichkeit in einer Notfallstation in Höhe von ca. 4.500 Euro wurde so durch eine großzügige Spende der Raiffeisenbank Oberland, einer Spende der Adalbert-Raps-Stiftung, welche über das BRK ausgezahlt wird, und einem Eigenanteil des Marktes Marktkeugast aufgebracht. Sein Dank galt aber auch den Gerätewarten der Freiwilligen Feuerwehr Andreas Döring, Pascal Herold und Philipp Kögler, die den Ein- und Aufbau in Eigenleistung ausführten.

Vorstandsvorsitzender Ralph Goller unterstich, dass die Raiffeisenbank Oberland damit den dritten Defibrillator im Geschäftsgebiet finanziell gefördert und zum Einsatz gebracht habe. Da die Bank selbst überlegt hatte, einen Defi im Eingangsbereich der Hauptstelle zu installieren, sei die Anfrage der Freiwilligen Feuerwehr Marktkeugast gerade zum richtigen Zeitpunkt erfolgt.

Auf diese neue Notfalleinrichtung beim Feuerwehrhaus, gleich gegenüber der Hauptstelle der Bank, können im Notfall auch die Mitarbeiter der Raiffeisenbank, aber nun auch alle Bürgerinnen und Bürger während der ganzen Woche und zu jeder Tages- und Nachtzeit zugreifen.

Bürgermeister Franz Uome dankte der Raiffeisenbank Oberland für die finanzielle Unterstützung, die dem Wohle aller Bürgerinnen und Bürgern diene. Sein Dank galt auch Karl Bernet vom BRK Bayreuth, der den Einbau betreute und die Förderung durch die Adalbert-Raps-Stiftung auf den Weg brachte. Natürlich galt sein Dank auch der Adalbert-Raps-Stiftung, die den flächendeckenden Einsatz von Defis durch diese neue Notfalleinrichtung seit Jahren unterstützt.



Der neue Automatische Externe Defibrillator am Feuerwehrzentrum Marktkeugast. Dieser ist mit der Integrierten Leitstelle Bayreuth direkt verbunden und steht nun im Notfall zur Sicherheit aller Bürgerinnen und Bürger zur Verfügung.

Bei einem Herzstillstand ist schnelle Hilfe erforderlich. Die Überlebenschance von Betroffenen hängt von wenigen Minuten ab. Bereits nach kurzer Zeit nimmt der menschliche Körper bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand irreparablen Schaden. Am schnellsten können diejenigen helfen, die sich bereits vor Ort beim Betroffenen befinden - Angehörige oder zufällige Passanten. Ihr beherztes Eingreifen kann Leben retten.

Die wichtigsten Schritte, die ein Laie bei einem Herzstillstand tun kann, sind das Absetzen eines Notrufes und das Ergreifen der Maßnahmen der sogenannten Herzlungenwiederbelebung oder Reanimation. Diese sind so einfach, dass sie fast jeder durchführen kann.

Ein wichtiges Hilfsmittel im Falle eines plötzlichen Herzstillstandes ist ein solcher Automatischer Externer Defibrillator, kurz: Defi oder AED. Diese Geräte besitzen fortschrittliche Diagnosefähigkeiten und können so auch von Laien erfolgreich zum Einsatz gebracht werden, damit erhöhen sich die Überlebenschancen der Betroffenen entscheidend. Eine flächendeckende Versorgung mit öffentlich zugänglichen Defis und die Schulung der Bevölkerung in den Methoden der Ersten Hilfe kann daher viele Todesfälle verhindern.



Unser Bild zeigt (von links) Gerätewart Pascal Herold, Gerätewart Andreas Döring, stellvertretenden Kommandanten Stefan Mähringer, Vorstandsvorsitzenden Ralph Goller von der Raiffeisenbank Oberland, Gerätewart Philipp Kögler, Karl Bernet vom BRK Bayreuth, Ersten Bürgermeister Franz Uome, Vorstand Peter Girndt von der Raiffeisenbank Oberland und Kommandanten Hans Kögler bei der Demonstration des neuen Automatischen Externen Defibrillators.

Aus diesem Grund setzt sich der BRK-Kreisverband Bayreuth, so Karl Bernet, seit vielen Jahren für die Ausbildung der Bevölkerung in der Ersten Hilfe ein und unterstützt Organisationen bei der Aus- und Fortbildung in der sogenannten Frühdefibrillation und der Errichtung von öffentlich zugänglichen Defis.

Die eigens in Zusammenarbeit mit dem Roten Kreuz Bayreuth entwickelte Notfallstation, so Bernet, ermöglicht nicht nur die direkte Verbindung zur Integrierten Leitstelle (ILS) durch eine Sprechanlage, sondern erlaubt der ILS auch den Zugriff, die Entriegelung der Station und die Freigabe des Defibrillators aus der Ferne. Die ILS kann somit das Gerät nicht nur frei geben und weiß so auch, wo es im Einsatz ist, sondern kann gleichzeitig den Rettungsdienst verständigen.

Um der Bevölkerung diese neue Notfalleinrichtung vorzustellen, soll im Frühjahr in der Feuerwehrrhalle zu einem „Kaffeekränzchen“ eingeladen werden. Dabei soll auch der richtige Umgang mit dem Defi erklärt und die Scheu vor der modernen Sicherheitseinrichtung genommen werden.

Auf Knopfdruck am Gerät gibt eine Stimme „Schritt für Schritt“ alle notwendigen Tätigkeiten bekannt. Wie die Elektroden anzubringen sind, ist auf den Elektroden selbst abgebildet und so können diese nach Anleitung aufgeklebt werden, danach wird den (Sprach-)Anweisungen des Geräts weiter gefolgt.

In welchen Fällen sollte der Defi/AED Anwendung finden?

Der AED sollte immer angeschlossen werden, wenn eine Person plötzlich nicht mehr ansprechbar ist und nicht mehr normal atmet. Das Gerät entscheidet dann, ob eine Schockabgabe erforderlich ist.

Oswald Purucker



Bei einer kurzen Demonstration, zeigte Karl Bernet vom BRK Bayreuth Bürgermeister Franz Uome wie einfach der Defi bedient werden kann. Nachdem an der Notfallstation der Notruf gedrückt und durch die Integrierte Leitstelle der Zugriff durch Öffnen der Tür erfolgte, kann das Gerät einfach entnommen werden.

Diese Preise sind der
Wahnsinn! günstig
 Jetzt online drucken

Druckkosten vergleichen und bares Geld sparen!

LW-FLYERDRUCK.DE
Ihre Onlinedruckerei von LINUS WITTICH Medien

BEKANNTMACHUNG



BÜRGERVERSAMMLUNG

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

an die Gesamtbevölkerung von Marktleugast einschließlich der Ortsteile ergeht herzliche Einladung zur Bürgerversammlung

**am Donnerstag, 16. März 2023,
um 19.00 Uhr,
im Bürgersaal Marktleugast**

Tagesordnung:

- 1) Bericht des Bürgermeisters
- 2) Aussprache, Wünsche und Anregungen

Nach Art. 18 der Gemeindeordnung (GO) können grundsätzlich nur Gemeindeglieder das Wort erhalten. Ausnahmen kann die Versammlung beschließen. Es wird darauf hingewiesen, dass in der Bürgerversammlung nicht private Einzelfälle, sondern gemeindliche Probleme von allgemeinem öffentlichem Interesse behandelt werden können.

**Franz Uome
Erster Bürgermeister**

Markt Marktleugast aktuell



Unsere Dog-Stationen im Markt Marktleugast

Marktleugast

- in der Weststraße Nähe Netto-Markt
- in der Weststraße Richtung Mannsflur
- in der Jahnstraße
- am Unteren Anger
- in der Webergasse
- am Hohenberger Weg
- in der Flurstraße Abzweigung Ackerleite
- Gehweg zwischen Kreuzgasse Marktleugast und Öselweg Neuensorg

Marienweiher

- am Zechteich

Mannsflur

- am Marktleugaster Weg
- in Baiersbach

Traindorf

- Fußgängerweg auf Tannenwirtshaus

Neuensorg

- Vorderreihberg vor der Unterführung

Hohenberg

- am Rad- und Fußweg Richtung Dreschersreuth
- am Hohenberger Weg Richtung Marktleugast



Der Bürgermeister des Marktes Grafengehaig informiert

Ludwig Beck feierte 85. Wiegenfest

Seinen 85. Geburtstag feierte Ludwig Beck aus Eppenreuth. Zahlreiche Gäste aus der Gemeinde kamen, um zu gratulieren. Auch Bürgermeister Werner Burger überbrachte die Glückwünsche der Gemeinde.

Er bedankte sich bei Ludwig Beck in vielerlei Hinsicht. „So ist der Ludwig immer wieder der Fels in der Brandung, wenn es um kulturelle Veranstaltungen geht. Ohne ihn geht nichts! Alles was er macht, hat Hand und Fuß. So wurde kürzlich der Frankenwaldadvent des Frankenwald Hauptvereins in Grafengehaig abgehalten. Hier hatte Ludwig Beck die Federführung beim Programmablauf.“

Auf unseren Ludwig können wir stolz sein. Er trägt Grafengehaig weit über die Grenzen der Gemeinde hinaus und ist ein Stückweit ein Botschafter für den Markt. Ob Orgel in der Kirche, aushilfsweise Dirigent des Männergesangvereins und vieles mehr, der Ludwig hilft immer. Für den Markt hat er die Beschriftung des Handwebstuhles in einem Ordner zusammengefasst und den Auf- und Abbau und die Lagerung des historischen Webstuhles geschrieben.

Auch im Dorfgemeinschaftshaus ist ein Spinnrad und andere Relikte aus der Zeit der Handweberei von Ludwig Beck ausgestellt. Er hat die Geräte hergerichtet, gangbar gemacht und der Gemeinde zur Ausstellung überlassen, natürlich kostenlos! Man könnte noch viel mehr aus dem Leben und Wirken des Ludwig Beck aus Eppenreuth erzählen“, so der Bürgermeister. Alles in allem bedankte sich das Gemeindeoberhaupt bei Ludwig Beck für das gute Miteinander und das Wirken in der Gemeinde.

Er wünschte viel Gesundheit und Schaffenskraft für die Zukunft sowie viele weitere schöne Veranstaltungen unter Mitwirkung und Leitung von Ludwig Beck.

Markt Grafengehaig



Metzgerei Markus Ebner

Kulmbacher Str. 9, 95352 Marktleugast, Tel. 09255 229

Angebot der Woche

vom 02.02. bis 15.02.2023

Eiersalat hausgemacht.....	100 g	€ 0,99
Fleischwurst abgebunden, zart geräuchert.....	100 g	€ 0,95
Pizzafleischkäse kalt.....	100 g	€ 1,09
Schinkenröllchen	Stk.	€ 1,60
Gulasch gemischt	100 g	€ 1,20
Schweinelendchen frisch.....	100 g	€ 1,49
Rinderroastbeef zart abgehungen.....	100 g	€ 2,80

Angebot der Woche

vom 16.02. bis 01.03.2023

Paprikalyoner vom Stück oder geschnitten	100 g	€ 1,19
Käseaufschnitt sortiert.....	100 g	€ 1,40
Nudelsalat hausgemacht.....	100 g	€ 0,90
Zungenwurst.....	100 g	€ 1,19
Schweinekamm o. Kn. natur	100 g	€ 1,09
Schweinebauch o. Kn.	100 g	€ 0,69
Schweinehaxen frisch	100 g	€ 0,65

Mittagsgericht Donnerstag, 9.2. ab 11.30 Uhr
fränkisches Schäuferle mit Klößen
und Sauerkraut € 9,90 (bitte rechtzeitig vorbestellen!)

Jeden Donnerstag ab 11 Uhr
leckere, knusprige halbe Hähnchen Stück € 4,50

Vorankündigung:
Faschingsdienstag, 21.2.23 ab 13.00 Uhr geschlossen!
Aschermittwoch 22.2.23 ganztägig geschlossen!

Alle Angebote solange Vorrat reicht. Änderungen vorbehalten!
Wir bedanken uns herzlich für Ihren Einkauf.
Metzgerei Markus Ebner und Team



Erster Bürgermeister Werner Burger (rechts) dankte Ludwig Beck (links) für sein Wirken in der Marktgemeinde und überbrachte die besten Wünsche zum 85. Geburtstag.

Treue Feriengäste aus Forchheim

Bereits zum sechsten Mal ist Familie Zager aus Forchheim zu Gast in Walberngrün. In der Ferienwohnung von Bianca Göbel fühlen sich die Zagers sehr wohl und wissen die Umgebung, die gute Luft des Frankenwaldes und die herzliche Gastfreundschaft der Göbels zu schätzen. Als Überraschung für die Gäste aus Forchheim überbrachten Bianca Göbel und Bürgermeister Werner Burger ein Geschenk zum Dank für die Treue zu Walberngrün und der Marktgemeinde Grafengehaig.

Markt Grafengehaig



Unser Bild zeigt (von links) Ersten Bürgermeister Werner Burger, Familie Zager aus Forchheim und Vermieterin des wunderschönen Ferienhauses in Walberngrün, Bianca Göbel.

Kirchliche Nachrichten

Kath. Kirchengemeinde Marienweiher-Marktleugast

Sternsinger-Aktion



Sie zeigte mit Hilfe der Sternsinger, wie Kinderschutz und Kinderpartizipation im Land gefördert werden. Dank gilt den mitwirkenden Kindern aber nicht nur für das Sammeln der Spendengelder, sondern auch für den Erhalt der Brauchtumpflege.

Oswald Purucker



Gottesdienstordnung der Pfarrei Marienweiher

Marienweiher

Gottesdienst am Sonntag: 08.00 Uhr und 10.30 Uhr
Gottesdienst am Montag, Mittwoch und Freitag: 18.00 Uhr
Rosenkranz am Freitag: 17.30 Uhr
Kreuzweg am Freitag: 17.30 Uhr während der Fastenzeit

Marktleugast

Gottesdienst am Sonntag: 09.15 Uhr
Gottesdienst am Dienstag: 18.00 Uhr
Gottesdienst am Donnerstag: 09.00 Uhr

Traindorf

Gottesdienst am 1. und 3. Sonntag des Monats: 08.00 Uhr

Stammbach

Vorabendgottesdienst am Samstag: 17.15 Uhr

Hohenberg

Gottesdienst am Samstag: 18.30 Uhr
(wöchentlich abwechselnd mit Kupferberg)
Gottesdienst am Sonntag: 09.30 Uhr
(wöchentlich abwechselnd mit Kupferberg)



Auch die Ministranten in der Pfarrei Marienweiher beteiligten sich, nach einer Pandemiepause im vergangenen Jahr, wieder an der bundesweiten Sternsinger-Aktion. Zum 65. Mal zogen die Kinder von Haus zu Haus und baten mit ihren Segensliedern um Spenden. In diesem Jahr stand der Schutz von Kindern vor Gewalt im Mittelpunkt. Projektpartner war die ALIT-Stiftung in Indonesien.

Pfarrmitteilungen

Blasiussegen

Der traditionelle Blasiussegen wird in **Marienweiher am Donnerstag, 2. Februar, und am Freitag, 3. Februar, nach dem Gottesdienst erteilt. Außerdem wird er am Sonntag, 5. Februar, in allen Gottesdiensten erteilt.**

Krankenbesuch

Der monatliche Krankenbesuch mit Spendung der hl. Kommunion **findet am Donnerstag, 2. März, und Freitag, 3. März,** zu gewohnter Zeit statt. Neue Anmeldungen nehmen die Patres sehr gerne entgegen.

Sammlung für die Kirchenheizung

Wie alljährlich findet auch heuer wieder eine Sonderkollekte für die Heizkosten in den einzelnen Kirchen statt. Sie wird am **Sonntag, 12. Februar,** durchgeführt. Vergelt's Gott für Ihre Spende und Ihr Verständnis.

Seniorenachmittag

Am **Sonntag, 12. Februar, findet um 14.00 Uhr** ein Faschingsnachmittag für Senioren im St. Martinsheim statt.

Eucharistische Anbetung

In der Basilika Marienweiher findet an jedem vierten Mittwoch im Monat eine Eucharistische Anbetung nach dem Gottesdienst statt und dauert bis 20.00 Uhr. **Die nächste ist am Mittwoch, 22. Februar.**

Mit dem Aschermittwoch am 22. Februar beginnt die österliche Bußzeit

Dieser Tag ist ein Fast- und Abstinenztag. Die Aschenauflegung als Zeichen der Buße und Vergänglichkeit erfolgt in den Gottesdiensten in Marienweiher und Marktkeugast.

Fastenandachten werden abwechselnd in Marienweiher um 17.00 Uhr und in Marktkeugast um 14.30 Uhr gehalten.

Spendenergebnisse

In unserer Pfarrgemeinde wurden folgende Spendenergebnisse erzielt:

**Marienweiher: Adveniat 1.151,90 Euro; Afrikatag 225,10 Euro
Marktkeugast: Adveniat 1.181,40 Euro; Afrikatag 181,30 Euro; Weihnachtsoffer der Kinder 176,50 Euro**

Sternsingeraktion 6.377,50 Euro (davon in Marienweiher und Umgebung 3.567,80 Euro, in Marktkeugast 2.484,70 Euro und in Stambach 325,00 Euro).

Ein herzliches Vergelt's Gott für Ihre Spenden. Einen besonderen Dank unseren Kindern für ihre Spende und nochmals den Sternsängern für ihren aufopferungsreichen Einsatz.

Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Pilgerbüro Marienweiher

Öffnungszeiten des Pilgerbüros Marienweiher

Montag und Donnerstag von 10.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Außerhalb der Dienstzeiten ist Frau Hannelore Klier telefonisch erreichbar unter Tel. 0151/ 67142888

Das Pilgerbüro Marienweiher lädt herzlich ein:

Donnerstag, 02.02.2023 Mariä Lichtmess - spirituell unterwegs sein

Traditionelle Fackelwanderung an Mariä Lichtmess. An diesem Tag endet im Kirchenjahr die Weihnachtszeit. Es wird heller und in der Liturgie spielt das Licht eine große Rolle, z.B. in der Kerzensegnung. Mit Fackeln machen wir uns auf den Weg, nehmen das Licht in uns auf und tragen es in unseren Alltag.

16.00 Uhr Shuttlebus von Marienweiher nach Hinterrehberg
16.30 Uhr Fackelwanderung von der Kapelle Hinterrehberg nach Marienweiher
18.30 Uhr Gottesdienst mit Blasiussegen in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Eintritt frei - Spenden erbeten

Klosterladen Marienweiher



Der Klosterladen bleibt im Februar geschlossen!

Über einen Besuch unseres Klosterladens ab März würden wir uns sehr freuen!



Ihr
Klosterladenteam



Marienkirche
Stambach

Evang.-Luth. Kirchengemeinde

Stambach-Mannsflur



Bethlehemskirche
Mannsflur

Gottesdienste und Veranstaltungen

Samstag, 11.02.2023

14.30 Uhr Gemeindenachmittag im Verbundbüro:
„Die deutsche Märchenstraße“ mit Pfrin. Scheil

Sonntag, 12.02.2023

08.45 Uhr Abendmahlsgottesdienst in Mannsflur
mit Pfr. Müller

Dienstag, 14.02.2023

15.00 Uhr Gottesdienst im Seniorenheim Marktkeugast
(nicht öffentlich)

Aschermittwoch, 22.02.2023

19.00 Uhr Verbundgottesdienst in Wüstenselbitz
mit Pfr. Müller

Donnerstag, 23.02.2023

19.30 Uhr Kirchenvorstandssitzung im Verbundgemeindegemeindebüro

Sonntag, 26.02.2023

08.45 Uhr Gottesdienst in Mannsflur mit Lektorin Söllner

Dienstag, 28.02.2023

15.00 Uhr Gottesdienst im Seniorenheim Marktkeugast
(nicht öffentlich)

Freitag, 03.03.2023

19.00 Uhr Weltgebetstag in Mannsflur

Evang. Kirchengemeinde Grafengehaig

Gottesdienste und Veranstaltungen

Sonntag, 05.02.2023

09.30. Uhr Gottesdienst in Grafengehaig

Sonntag, 12.02.2023

08.30 Uhr Gottesdienst in Gösmes

09.30 Uhr Gottesdienst in Grafengehaig

Sonntag, 19.02.2023

09.30. Uhr Gottesdienst in Grafengehaig

Sonntag, 26.02.2023

08.30 Uhr Gottesdienst in Gösmes

09.30 Uhr Gottesdienst in Grafengehaig

Sonntag, 05.03.2023

09.30. Uhr Gottesdienst in Grafengehaig

Ausflug in die Trampolinhalle



Ferienausflug

Am 23.02.2023 fahren wir gemeinsam in die Trampolinhalle nach Hof. Der Ausflug ist ab 12 Jahren. Abfahrt ist um 13:45 Uhr beim Rathaus Parkplatz in Marktlegast. Wir sind ca. 18 Uhr wieder zurück



Kosten:

Der Ausflug kostet für dich 10€, hier sind die Buskosten, der Eintritt sowie die Sprungsocken inbegriffen. Falls du schon Sprungsocken von Jump & Climb hast, kannst du diese gerne mitbringen!



Weitere Infos:

Bei weiteren Fragen, kannst du dich gerne bei mir melden. Die Anmeldung kannst du gleich aus dem Gemeindeblatt entnehmen oder im Rathaus finden.

KONTAKT



015168861874



gemeindejugendarbeit_mirjamfritsch@gmx.de



Anmeldung

Hiermit melde ich mein Kind verbindlich zum Trampolinausflug an:

Vorname, Name, Geburtsdatum vom Erziehungsberechtigten

Vorname, Name, Geburtsdatum vom Teilnehmer/in

Straße, Hausnummer, Ort

Hinweise (für Betreuung, Allergien/ Krankheiten, Auffälligkeiten, etc. bitte angeben):

Mit meiner Unterschrift bin ich damit einverstanden, dass mein Kind mit Mirjam Fritsch im Kleinbus mitfährt.

Ort, Datum

Unterschrift bei Minderjährigen Erziehungsberechtigter



Gemeindeförderung
MARKTLEUGAST 



Kinder- und Jugendbüro
Neuensorger Weg 10
95352 Marktkeugast
Donnerstag von 16.00 - 18.00 Uhr

Kindergartennachrichten

Kindergarten Pfiffikus Eppenreuth

Der Nikolaus in Eppenreuth

Pünktlich am 6. Dezember, um 09.30 Uhr, traf der Nikolaus im Kindergarten „Pfiffikus“ in Eppenreuth ein. Wie jedes Jahr landete er an seinem Blockhaus auf der „Ehretnplatt“ und ging dann die letzten Meter zu Fuß hinunter zum Kindergarten. Die Kinder sahen ihn schon von weitem und winkten ihm durch die Fenster zu. Im Gruppenraum begrüßten die Kinder den Nikolaus mit einem Lied, bevor er sein „Goldenes Buch“ zur Hand nahm, in dem über jedes Kind allerhand aufgeschrieben war. Neben ein paar wenigen mahnenden Worten hatte er viel Lob für die Kleinen parat. Die Kinder trugen dem Nikolaus noch ein Gedicht vor und jeder bekam von ihm dann ein gut gefülltes Säckchen mit allerlei Köstlichkeiten. Zum Schluss wurde der Besuch des Nikolauses noch in einem Gruppenbild festgehalten und nach einem Abschiedslied sagte er „Auf Wiedersehen“, mit dem Hinweis, dass er am Abend noch einmal in Eppenreuth vorbeischauen werde. Und das machte er dann auch. Diesmal wurden er und sein Knecht Ruprecht mit einem lichtgeschmückten Traktor der Firma Karl-Ernst Horn am Blockhaus abgeholt und zum Eppenreuther Feststadl gefahren, den die Freiwillige Feuerwehr Eppenreuth weihnachtlich geschmückt hatte.

Dort warteten schon ca. 40 Kinder und ihre Eltern sowie Großeltern sehnsüchtig auf die beiden. Natürlich erklang zunächst ein Lied, „Lasst uns froh und munter sein“, bevor der Nikolaus auch hier das „Goldene Buch“ aufschlug. Alle verfolgten nun aufmerksam, wie er in wohlformulierten Worten seine Sicht der Dinge vortrug. Nach seinem insgesamt positiven Fazit überreichte er jedem Kind ein Gabensäckchen, wurde dann wieder mit einem Lied verabschiedet und mit seinem Knecht per Traktor wieder zum Blockhaus gebracht. Für das leibliche Wohl in Form von Glühwein, Kinderpunsch, Lebkuchen und Wiener Würstchen hatte während der gesamten Feier der Elternbeirat des Kindergartens gesorgt.

Volker Kirschenlohr



Veranstaltungskalender Marktlegast

Februar

Donnerstag, 02.02.

Pilgerbüro Marienweiher

16.30 Uhr Traditionelle Fackelwanderung zu Mariä Lichtmess von der Kapelle Hinterrehberg zur Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Sonntag, 12.02.

Katholische Kirchengemeinde Marienweiher-Marktlegast

14.00 Uhr Seniorenfasching im St. Martinsheim Marktlegast

Samstag, 18.02.

Freiwillige Feuerwehr Mannsflur

14.00 Uhr Kinderfasching im Feuerwehrhaus der Freiwilligen Feuerwehr Mannsflur

Mittwoch, 22.02. - Aschermittwoch

Freiwillige Feuerwehr Marienweiher

Traditionelles Heringssessen im Feuerwehrhaus der Freiwilligen Feuerwehr Marienweiher

Freitag, 24.02.

Freiwillige Feuerwehr Marienweiher

Jahreshauptversammlung in der Gaststätte „Zum Adler“, Fam. Rau, Marienweiher

Samstag, 25.02.

Katholische Kirchengemeinde Marienweiher-Marktlegast

10.00 Uhr Gottesdienst in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher und anschließend Wallfahrtsführertreffen im Wallfahrerhaus Marienweiher

Sonntag, 26.02.

Katholische Kirchengemeinde Marienweiher-Marktlegast und BasilikaChor Marienweiher-Marktlegast

10.30 Uhr Gottesdienst zum ersten Fastensonntag in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher mit musikalischer Umrahmung durch den BasilikaChor Marienweiher-Marktlegast

Frankenwaldverein e.V.

Ortsgruppe Marktlegast

13.00 Uhr Besuch des Museums Bayrisches Vogtland in Hof mit Einkehr, ca. 3 Stunden; Treffpunkt: Parkplatz Webergasse, Marktlegast

Montag, 27.02.

Markt Marktlegast

17.15 Uhr Volkshochschulkurs „Muskelaufbautraining für Jung & Alt: Bauch, Beine, Po & Rücken I“ in der Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Markt Marktlegast

18.15 Uhr Volkshochschulkurs „Muskelaufbautraining für Jung & Alt: Bauch, Beine, Po & Rücken II“ in der Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Markt Marktlegast

19.00 Uhr Marktgemeinderatssitzung im Bürgersaal Marktlegast

Markt Marktlegast

19.15 Uhr Volkshochschulkurs „Fatburner Stepp Aerobic“ in der Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Markt Marktlegast

20.15 Uhr Volkshochschulkurs „Full-Body-Workout“ in der Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

März

Donnerstag, 02.03.

Markt Marktlegast

18.00 Uhr Volkshochschulkurs „Fit & Fun für Mädchen (6 – 10 Jahre)“ in der Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Markt Marktlegast

19.00 Uhr Volkshochschulkurs „Tanz die Problemzonen weg“ in der Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Sonntag, 05.03.

Frankenwaldverein e.V.

Ortsgruppe Neuensorg

14.00 Uhr Jahreshauptversammlung im Sportheim des VfR Neuensorg

Samstag, 11.03.

Frankenwaldverein e.V.

Ortsgruppe Marktlegast

16.00 Uhr Jahreshauptversammlung mit Ehrungen im Landgasthof Haueis, Hermes

SV Mannsflur

18.00 Uhr Schafkopfrennen im Sportheim des SV Mannsflur

Geflügelzuchtverein Marktlegast

und Umgebung seit 1962

18.30 Uhr Generalversammlung mit Jahresessen

im Gasthof „Zwei Linden“, Fam. Ott, Marienweiher

Veranstaltungskalender Grafengehaig

Februar

Samstag, 11.02.

Freiwillige Feuerwehr Grafengehaig

19.00 Uhr Jahreshauptversammlung mit Vereinswahlen im Dorfgemeinschaftshaus Grafengehaig

Samstag, 18.02.

Frankenwaldverein e.V.

Ortsgruppe Gösmes-Walberngrün

19.00 Uhr Jahreshauptversammlung im Sportheim der SG Gösmes-Walberngrün

Mittwoch, 22.02. - Aschermittwoch

SG Gösmes-Walberngrün

18.00 Uhr Traditionelles Heringssessen im Sportheim der SG Gösmes-Walberngrün

SV Grafengehaig

18.00 Uhr Heringssessen in der Gaststätte der Frankenwaldhalle Grafengehaig

Sonntag, 26.02.

Frankenwaldverein e.V.

Ortsgruppe Gösmes-Walberngrün

und Frankenwaldverein e.V.

Ortsgruppe Grafengehaig

13.00 Uhr Gemeinsamer Winterspaziergang mit Einkehr im Sportheim der SG Gösmes-Walberngrün; Treffpunkt: Sportheim der SG Gösmes-Walberngrün

März

Samstag, 04.03.

Frankenwaldverein e.V.

Ortsgruppe Grafengehaig

19.00 Uhr Jahreshauptversammlung mit Bilderrückblick im Gasthof der Fam. Zeitler, Seifersreuth

Montag, 06.03.

Markt Grafengehaig

19.00 Uhr Marktgemeinderatssitzung
im Dorfgemeinschaftshaus Grafengehaig

Freitag, 10.03.

Freiwillige Feuerwehr Eppenreuth

19.00 Uhr Jahreshauptversammlung in der Gaststätte
der Frankenwaldhalle Grafengehaig

SG Gösmes-Walberngrün

19.00 Uhr Wellfleischessen im Sportheim
der SG Gösmes-Walberngrün

Samstag, 11.03.

SG Gösmes-Walberngrün

17.00 Uhr Traditionelles Schlachtfest mit Straßenverkauf
im Sportheim der SG Gösmes-Walberngrün

Freitag, 17.03.

Freiwillige Feuerwehr Walberngrün

19.00 Uhr Jahreshauptversammlung im Sportheim
der SG Gösmes-Walberngrün

SV Grafengehaig

19.00 Uhr Schnauzturnier in der Gaststätte
der Frankenwaldhalle Grafengehaig

Freitag, 24.03.

Kleintierzuchtverein Grafengehaig

19.00 Uhr Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen
im Gasthof der Fam. Zeitler, Seifersreuth

Bayerisches Rotes Kreuz –

Bereitschaft Gösmes-Walberngrün

20.00 Uhr Jahreshauptversammlung im Sportheim
der SG Gösmes-Walberngrün

LebensQualität durch Nähe

Kinderfasching

Samstag 11.02.2023
ab 14:00 Uhr
im Sportheim des
TSV Enchenreuth

Verkleiden Spiele Bratwürste
Kaffee
Kuchen

Mucken für Erwachsene

Ein bunter Nachmittag auch für Erwachsene! Bitte kein Konfetti.

JOBS
IN IHRER REGION

jobs-regional.de

Ein Produkt der
LINUS WITTICH Medien Gruppe

Komm in unser Team!
Wir suchen Verstärkung:

Für den Schulbusverkehr im Raum Marktleugast suchen wir Dich:

Fahrer:innen für Kleinbus
(Führerschein Klasse B/alt Klasse 3)

Fahrer:innen für Omnibus (FS-Klasse D)

Beschäftigung im Rahmen eines Minijobs oder auch in Teilzeit möglich.

Infos unter (01 51) 54 65 96 02
bei Daniela Grass

Marcus Losert
OMNIBUS REISEN

95448 Bayreuth, Maisweg 7
95463 Bindlach, Goldkronacher Straße 41
Tel.: (0 92 08) 570 98 90

ZUKUNFT GEMEINSAM ENTWICKELN

Wir suchen für unseren Standort in
**TANNENWIRTSCHAUS/
MARKTLEUGAST**

Schaltanlagenprüfer*
Elektroniker* für Betriebstechnik/
Anlagentechnik

**Elektrofachkraft* im
Schaltanlagenbau**

Kaufmännische Angestellte*
Elternzeitvertretung (1 Jahr)

Reinigungskraft*
auf 520-Euro-Basis

AUSBILDUNGSBERUFE

AZUBI*
Elektroniker* für Betriebstechnik

Nähere Informationen unter
www.hermos.com

Bewerbung per Mail an
job-schaltanlagen@hermos.com

HERMOS

* (m/w/d)

Vereinsleben Marktlegast

Bergen, Löschen & Retten



Freiwillige Feuerwehr Marktlegast 1871 e.V.

Neuer Defibrillator im Kulmbacher Oberland

Jährlich sterben 65.000 Menschen am plötzlichen Herztod. Abhilfe kann ein kleiner technischer Lebensretter, „der Defibrillator“ schaffen. So ein automatisierter externer Defibrillator (AED) konnte nun durch Karl Bernet vom BRK Kreisverband Bayreuth an die Feuerwehr Marktlegast übergeben werden.

Der Defibrillator ist in einem Wandkasten am Feuerwehrgerätehaus angebracht, welcher für jedermann zugänglich und direkt mit der integrierten Leitstelle in Bayreuth verbunden ist. Die Anbringung des Wandkastens sowie die Elektroinstallation erfolgte in Eigenleistung von Kameraden der Feuerwehr. Der AED wird durch das BRK Bayreuth regelmäßig auf Funktionstüchtigkeit überprüft, so dass er auch im Ernstfall immer bereit ist.

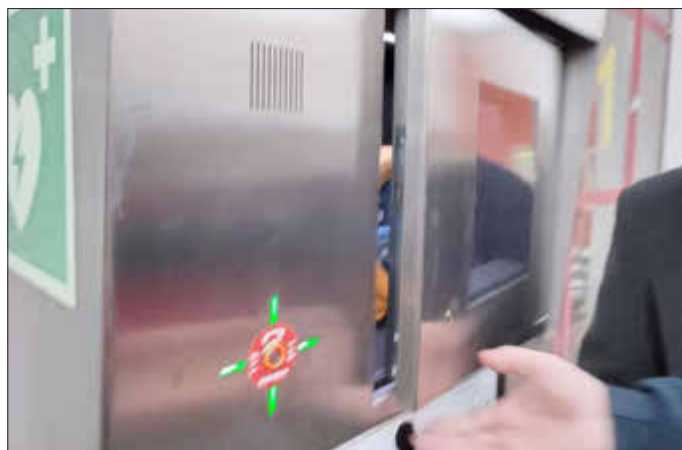
Die Kosten für den Defibrillator teilen sich die Marktgemeinde Marktlegast und die Raiffeisenbank Oberland eG. Zusätzlich gibt es eine Spende in Höhe von 500 Euro durch die Adalbert Raps Stiftung, die dieses Projekt damit unterstützt.

Jeder kann helfen

Das Wichtigste ist, dass man nichts falsch machen kann. Nach dem Einschalten erklärt das Gerät Schritt für Schritt, was zu tun ist. Solange das Gerät keine Notwendigkeit für einen Schock erkennt, kann dieser auch nicht ausgelöst werden.

Wird vom AED ein schockbarer Rhythmus erkannt, kann ein Schock nach Aufforderung per Knopfdruck ausgelöst werden. Der Anwender wird auch bei der bestehenden Herz-Druckmassage (Reanimation) unterstützt, indem das Gerät einen bestimmten Takt abspielt.

Hilfe dabei gibt auch das Lied „Stayin' Alive“ von den Bee Gees, das viele von uns kennen.



Kommandant Hans Kögler bedankte sich bei den Vorständen Ralph Goller und Peter Girndt von der Raiffeisenbank Oberland sowie bei Bürgermeister Franz Uome für den wertvollen Beitrag zur Ersten Hilfe, welcher der gesamten Bevölkerung zur Verfügung steht.

Sollte es zu so einer kritischen Situation kommen, sind wir gut vorbereitet.

Carolin Mähringer

Gesang & Musik



Musikverein 1895 Marktlegast

Weihnachtskonzert 2022 des Musikvereins Marktlegast

Mit einem harmonisch abgestimmten Arrangement aus fröhlichen Weihnachtsklängen, Erfolgsliedern, Medleys, Solodarbietungen und einer anspruchsvollen Opern-Ouvertüre, hat der Musikverein 1895 Marktlegast bei seinem Weihnachtskonzert am Sonntagabend, den 18. Dezember, die gebannt lauschenden Besucher in der voll besetzten Basilika Marienweiher auf die Weihnachtsfeiertage eingestimmt. Das Orchester präsentierte sich unter der qualifizierten Leitung von Benjamin Schubert in Höchstform und man spürte förmlich die große Motivation und Freude der fast 40 Musikerinnen und Musiker, nach zwei Jahren wegen Corona bedingter Pause endlich wieder ein Weihnachtskonzert spielen zu können. Ergänzend zur Blasmusik begeisterten auch die Patersberger Alphornbläser sowie Wolfgang Trottmann an der Orgel zusammen mit Sängerin Gabriele Bunzel.

In seinen Begrüßungsworten sprach Pfarrer Florian Malcherzyk seine Freude darüber aus, dass der Musikverein 1895 Marktlegast wieder ein Weihnachtskonzert in der päpstlichen Basilika Marienweiher durchführt, auch wenn man vom traditionellen Termin am 2. Weihnachtsfeiertag diesmal abgewichen sei. Er dankte den zahlreichen Besuchern für ihr Kommen und wünschte ihnen gute Unterhaltung sowie den Musikerinnen und Musikern viel Spaß und Erfolg.

Den Auftakt des fast zweistündigen Konzertes bildete die Ouvertüre zur Oper „Der Freischütz“ von Carl Maria von Weber, die als erste romantische Oper eine exponierte Stellung in der Musikgeschichte einnimmt. Das mystische Sujet der Tondichtung zeigt sich bereits in den düster und unheilvoll wirkenden ersten Akkorden. Der Klang lichtet sich, als die bestens aufgelegten Hornisten Sebastian Gick, Matthias Nitsch und Sebastian Niemczyk als Symbol für Jagd und Wald wunderschön ertönen. Vor dem geistigen Auge ziehen mächtige Bäume auf und Lichtstrahlen brechen durch den frühen Nebel. Die gesamte Ouvertüre nimmt die zentralen Elemente der Opernhandlung mit der Natur, Jagd, Liebe sowie dem Kampf zwischen Gut und Böse auf. Großer Beifall brandete bereits nach diesem ersten, fast zehnminütigen großen Musikwerk auf. Danach folgte das Stück „Mentis“ - lateinisch für Besinnung - von Thiemo Kraas. Diese Adventsfantasie ist geprägt von zwei Liedern, die für den Komponisten zu den schönsten Weihnachtsmelodien gehören: Das erwartungsvoll-festliche „Macht hoch die Tür“ sowie das zarte und innige „Maria durch ein' Dornwald ging“. Die klingliche

Vielfalt der beiden Lieder wurde vom Orchester überzeugend vorgetragen. Danach verzauberte Sopranistin Gabriele Bunzel, die auch als Hornistin Mitglied des Orchesters ist, mit den drei Liedern „Sei Stille dem Herrn“, „O Holy Night“ und „Laudate Dominum“ das Publikum. In perfekter Abstimmung mit dem Organisten Wolfgang Trottmann demonstrierte die Sängerin ihr großes Talent und ihre ausgebildete Stimmtechnik. Mächtig Schwung in die Basilika kam dann mit der bekannten „Petersburger Schlittenfahrt“. Die dominanten Bläserparts, begleitet vom Schellengeläut, untermauern bei diesem temperamentvollen Galopp die Herkunft des Komponisten Richard Eilenberg aus der preußischen Kapellmeistertradition. Fortgesetzt wurde das Konzert mit dem Lied „My Way“. Das ursprünglich französische Chanson aus dem Jahr 1967 erlangte später durch Frank Sinatra seine große Berühmtheit. Die beiden Trompeter Peter Weiß, der diesmal nicht als Dirigent, sondern als Musiker fungierte, und Jonas Trapper, ehemaliger Schüler von Peter Weiß und jetziger Musikstudent, ragten bei diesem Welthit als Solisten über sich hinaus. Anschließend stellten sich die sechs „Patersberger Alphornbläser“ vor dem Chorraum auf. Das vor allem im Alpenraum verbreitete, bis zu vier Meter lange Blasinstrument aus Holz, besitzt weder Klappen, Züge noch Ventile und ist daher bezüglich der zu spielenden Töne auf die Naturtonreihe beschränkt. Mit viel Geschick und der notwendigen Blastechnik versiert, versetzten die Musiker mit den vier Stücken „Stille Stille“, „Winterzeit“, „Süßer die Glocken“ und „Carolins Schlittenfahrt“ die Konzertbesucher in die Schweizer Berge. Alpenländisch ging es dann weiter mit der Komposition „Begegnung“ von Kurt Gäble. Das Werk ist musikalisch dreigeteilt mit einem Andante-, Allegro- und Espresso-Teil und die Solisten Michael Schubert, Stefan Kießling jun. und Gabriele Bunzel sorgten mit ihrem virtuoseren Tenorhorn-Spiel für Gänsehautfeeling. Mit „A Christmas Carol Fantasy“ ging es danach weiter, einem Reigen mit sieben internationalen Weihnachtsliedern, die zwischendurch mit der Orgel begleitet wurden. Hervorzuheben bei dem Medley sind die Saxophonisten sowie die einfühlsam gespielte Solo-Posaune durch den Vereinsvorsitzenden Georg Purucker. Den Abschluss des offiziellen Programms bildete der Militärmarsch „Pomp and Circumstance No. 1“ des britischen Komponisten Edward Elgar. Es ist eines der englischsten Stücke überhaupt, dessen lyrischer Mittelteil mit der Textierung „Land of Hope and Glory“ derartige Beliebtheit erlangt hat, dass er sogar als heimliche Nationalhymne Britanniens gilt.

Frenetischer Beifall und Standing Ovations am Ende ließen die Marktlegaster Musikerinnen und Musiker nicht so schnell von der Bühne. Nach den Dankesworten durch Vorsitzenden Georg Purucker gab der Musikverein als Zugabe die mehrfach preisgekrönte, von Lady Gaga und Bradley Cooper gesungene Hit-Ballade „Shallow“ aus dem Film „A Star is born“ zum Besten. Herausragend dabei die Einleitung mit den Bass-Synkopen, danach die sanft gespielten Flöten, gefolgt von den Hörnern und einem traumhaften Trompeten-Solo. Mit dem traditionellen Weihnachtslied „O Du Fröhliche“ rundete der Musikverein sein überaus gelungenes Weihnachtskonzert schließlich ab.

Werner Reißaus



Matthias Nitsch übernimmt

Nach Jahren mit Ausfällen und Verschiebungen wegen Corona, konnte der Musikverein 1895 Marktlegast seine Jahreshauptversammlung endlich wieder am altherkömmlichen Dreikönigstag, den 6. Januar, durchführen. Vorsitzender Georg Purucker freute sich bei seiner Begrüßung über den voll besetzten Saal in der Gaststätte „Hotel Sacher“. In ihrem Bericht blickte Schriftführerin Juliane Meisel auf viele gesellschaftliche und kirchliche Veranstaltungen im abgelaufenen Jahr zurück, die der Musikverein musikalisch umrahmte sowie dem Frühlingskonzert im Klostergarten Marienweiher und als Höhepunkt das Weihnachtskonzert in der Basilika. Georg Purucker ergänzte dazu, dass die Aktiven des Musikvereins Marktlegast die zahlreichen Auftritte souverän meisterten, was vor allem der Verdienst dafür war, dass man auch während der starken Pandemie-Einschränkungen mit Abstand oder in Form von sogenannten „Online-Proben“ das Musizieren nie ganz aufhörte. Einzig das traditionelle Josefskonzert konnte im März Corona-bedingt noch nicht wieder durchgeführt werden. Man freue sich deshalb sehr, dass 2023 dieser musikalisch-kulturelle Höhepunkt im Kulmbacher Oberland am 25. März in der Dreifachsporthalle über die Bühne gehen wird. Der Vorsitzende dankte allen Unterstützern, die mit persönlichem Einsatz oder mit großzügigen Spenden dazu beigetragen haben, dass der Verein weiterhin auf gesunden Füßen steht sowie dem gesamten Vorstand und allen aktiven Musikerinnen und Musikern für ihr Engagement. Mit einem lachenden und einem weinenden Auge teilte er der Versammlung mit, dass er nach 12 Jahren Tätigkeit bei den anstehenden Wahlen nicht mehr als Erster Vorsitzender zur Verfügung stehen wird und in die zweite Reihe treten möchte. Die Dirigenten Peter Weiß und Benjamin Schuberth dankten Georg Purucker für das sehr gute Miteinander in seiner Amtszeit. Sie bescheinigten aber auch den Aktiven ihre große Anerkennung dafür, dass sie trotz so manchen schwierigen Umständen bei allen Proben und Auftritten ohne Murren mitzogen. Dass der Musikverein auch finanziell gut dasteht, stellte Kassiererin Christine Löffler fest und Kassenprüfer Daniel Schramm bestätigte ihr als Prüfer eine einwandfreie Führung. Jugendsprecherin Christina Purucker teilte mit, dass durch den durchgeführten Schnuppertag drei neue Jugendliche ein Instrument erlernen möchten. Um noch mehr junge Leute für die Blasmusik zu begeistern, möchte die Jugendvorstandschaft in diesem Jahr direkt an die Schule treten, um für Nachwuchs zu werben. In seinem Grußwort würdigte Bürgermeister Franz Uome das große Engagement des Musikvereins als wichtigsten Kulturträger des Marktes Marktlegast. Er unterstrich den stets fairen, wenn auch manchmal nicht ganz einfachen und zeitaufwändigen Dialog mit dem Vorsitzenden und sicherte der neuen Vereinsführung weiterhin ein gutes Miteinander und die Unterstützung der Gemeinde zu. Auch Zweiter Vorsitzender Matthias Nitsch war in seinen launigen Dankesworten an Georg Purucker vollen Lobes für sein großartiges Wirken. Die anschließenden Neuwahlen unter der Leitung von Norbert Volk gingen rasch über die Bühne und brachten folgendes Ergebnis:

Erster Vorsitzender: Matthias Nitsch
 Zweiter Vorsitzender: Georg Purucker
 Kassiererin: Christine Löffler
 Schriftführerin: Juliane Meisel
 Inventarverwalterin: Gabriele Bunzel
 Kassenprüfer: Daniel Schramm und Harald Putschky
 Ausschussmitglieder: Sebastian Gick, Patrick Lanzendörfer, Udo Hübschmann und Norbert Volk.

Bei der anschließenden Aussprache kam u.a. von Harald Putschky der Vorschlag, die technischen Mängel der Mikrophone zu beheben sowie einen Teil der Auftrittsgelder einzubehalten, um damit auch das Gesellige im Verein mit einem Grill-



Das Bild zeigt die neue Vorstandschaft des Musikvereins 1895 Marktlegast mit dem Ersten Vorsitzenden Matthias Nitsch (vorne Mitte), seinem Vorgänger und jetzigen Zweiten Vorsitzenden Georg Purucker (links daneben) inmitten der weiteren Vorstandschaftsmitglieder und Bürgermeister Franz Uome (ganz hinten, rechts).

fest oder in anderer Form noch mehr zu pflegen. Der Wunsch von Benjamin Schuberth, die beiden bisherigen Ausschussmitglieder Anton Gick und Rüdiger Hübschmann auch weiterhin in beratender Funktion zu den Versammlungen mit einzuladen, wurde von allen Anwesenden begrüßt. Am Ende der Generalversammlung wurde von Schriftführerin Juliane Meisel der prall gefüllte Auftrittsplan des Musikvereins 1895 Marktlegast für das Jahr 2023 vorgelesen.

Raimund Schramm

Josefskonzert

Musik und Spaß
Musikverein
 Marktlegast

Samstag, 25. März 2023

19.00 Uhr

Dreifachsporthalle

Kartenwünsche nehmen entgegen:

Matthias Nitsch: 0174 9721644

Georg Purucker: 0171 5727490

Oder jeder andere Musiker des Vereins

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!!

Ihr Musikverein 1895 Marktlegast

Natur & mehr



Frankenwaldverein e.V. - Ortsgruppe Neuensorg

Frankenwaldverein e.V.
Ortsgruppe Neuensorg
Michael Kühnel
Seestraße 34
95352 Marktlegast
Tel.: 09255/ 808423



EINLADUNG

zur Generalversammlung der Ortsgruppe Neuensorg des Frankenwaldvereins e.V.

**am Sonntag, den 5. März 2023,
um 14.00 Uhr,
im Sportheim des VfR Neuensorg**

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Totengedenken
2. Jahresrückblick des Ersten Obmanns
3. Kassenbericht des Kassiers
4. Entlastung des Kassiers und der Vorstandschaft
5. Neuwahlen
7. Wünsche und Anträge

Wir freuen uns über die Teilnahme
und verbleiben mit freundlichen Grüßen

Frankenwaldverein e.V.
Ortsgruppe Neuensorg
Die Obmannschaft

Jagdgenossenschaft Marienweiher

Jagdgenossenschaft Marienweiher

Einladung

**Am Samstag, den 4. März 2023,
findet um 19.30 Uhr
eine nichtöffentliche Versammlung
der Jagdgenossenschaft Marienweiher,
im Gasthof Haueis, in Hermes, statt.**

Tagesordnung

1. Begrüßung und Bericht des Jagdvorstehers
2. Verlesung der Niederschrift
3. Kassenbericht und Entlastung
4. Abstimmung über die Verteilung des Jagdertrages
5. Wünsche und Anträge

Alle Jagdgenossen der Jagdgenossenschaft
Marienweiher sind dazu herzlich eingeladen.

Jagdvorsteher Lothar Schott

Jagdgenossenschaft Neuensorg

Jagdgenossenschaft Neuensorg

Einladung

**Hiermit ergeht
herzliche Einladung
zur nicht-öffentlichen
Jagdversammlung der
Jagdgenossenschaft Neuensorg
am Freitag, den 10.03.2023,
um 19.30 Uhr,
in der
Wandergaststätte Kleinrehmühle.**

Alle Mitglieder der Jagdgenossenschaft
Neuensorg sind dazu herzlich eingeladen.

Der Jagdvorstand Rainer Bauer



Macht Krach. Macht Hoffnung.



Viele haben das ganze Jahr nicht
genug zu essen. Spenden Sie Saatgut.
brot-fuer-die-welt.de/ernaehrung



Mitglied der **actalliance**

Würde für den Menschen.

Sport & Bewegung



SV Marienweiher



Kopffleisch-Essen



beim SV Marienweiher

am Samstag, den 11. Februar 2023,
ab 18.00 Uhr

Mit Spezialitäten vom Buffet:

Frisches Kopffleisch,
Blausud und
eingeschnittener Backstaakäs'

Essen, so viel Sie wollen!

Wo: im Sportheim des SV Marienweiher

Auf Ihr Kommen freut sich
der SV Marienweiher e.V.

MENSCH-ÄRGERE-DICH-NICHT-TURNIER

Am Samstag, 25.02.2023, um 14 Uhr,
Sportheim des SV Marienweiher

✓ **WERTVOLLE SACHPREISE GARANTIER!**

Auf zahlreiche
Mitspieler
freut sich der ...



Für Speis und Trank
ist bestens gesorgt!

Anmeldungen bis 22.02.23, um 12 Uhr, bitte bei:
Katrin Schneider • 0160-92514453

TEILNAHMEGEBÜHR
U18 FREI / Erwachsene 3,- €

FREITAG, 10.03.2023, UM 18 UHR

Sportheim des SV Marienweiher



Spiel + Spannung + Spaß + Geldgewinne

Anmeldungen bis 07.03.23, um 12 Uhr, bitte bei:
Katrin Schneider • 0160-92514453

TEILNAHMEGEBÜHR
ab 2,- €



Friedensstifter

Sie für ihr Patenkind.
Ihr Patenkind für seine Welt.
**Eine Patenschaft bewegt.
Werden Sie Patel!**

Rufen Sie uns an: 0180 33 33 300
(9 Cent/Min, aus dem dt. Festnetz;
ggf. Abwechslender Mobilfunktarif)



www.kindernothilfe.de

Mein Traumurlaub

an der
**Mecklenburgischen
Seenplatte**



17213 Malchow/OT Lenz



039932 825201

Ferienhäuser & Ferienwohnungen

FERIENPARK LENZ

Entspannung pur ...



Foto: booturlaub.de

WWW.TRAUMURLAUB-SEE.DE

Vereinsleben Grafengehaig

Caritatives & Soziales

Bayerisches Rotes Kreuz - Bereitschaft Gösmes-Walberngrün

BRK Bereitschaft Gösmes/Walberngrün blickt auf ein ereignisreiches Jahr zurück



BRK Bereitschaft Gösmes/Walberngrün

Bereitschaftsleiter Lothar Scheler blickte am vergangenen Jahresende, im Dorfgemeinschaftshaus in Grafengehaig, auf ein ereignisreiches Jahr seiner Rotkreuzgemeinschaft zurück. Nach zwei Corona-Jahren mit entsprechenden Einschränkungen im Rotkreuzdienst und Lockdown-Phasen war fast wieder ein „normales Vereinsleben“ möglich.

Es konnten wieder Lehrgänge besucht werden, Unterrichte und Dienstbesprechungen in Präsenz abgehalten werden. So absolvierten die Rotkreuzler 240 Unterrichtsstunden im Aus- und Fortbildungsbereich.

Die beiden Sammlungen im Frühjahr und Herbst waren wieder möglich und spülten einen stattlichen Betrag in die leere BRK-Kasse. Lothar Scheler bedankte sich bei den Sammlern und bei der Bevölkerung für die finanzielle Unterstützung. Die Helfer vor Ort wurden wieder wie vor Corona alarmiert.

In 121 Einsätzen unterstützten acht Sanitäter den Rettungsdienst in den Gemeinden Marktkeugast, Grafengehaig, Presseck und in der Stadt Helmbrechts, wobei der Schwerpunkt mit 58 Einsätzen im Gemeindegebiet von Marktkeugast lag. Insgesamt leisteten die Bereitschaftsmitglieder im Jahr 2022 654 Stunden Dienst für das Rote Kreuz.

Höhepunkt des Jahres bildete die Feier des 25-jährigen Bestehens der Bereitschaft mit einem Ehrenabend im Sportheim Walberngrün am 23. September. Lothar Scheler freute sich, dass die Bereitschaft über einen so langen Zeitraum existiert und immer wieder junge Menschen sich bereit erklären, der Bereitschaft beizutreten.

Mit Vanessa Vießmann und Maximilian Völkel stehen zwei neue, junge Sanis der Bereitschaft zur Verfügung. Im Rahmen des Jubiläums wurden Marion Rothert und Stephan Gageik für ihr 10-jähriges Engagement in der Bereitschaft ausgezeichnet. In unzähligen Helfer vor Ort-Einsätzen opferten sie ihre Freizeit für den Dienst am Nächsten.

Im Laufe des Abends blickte die Bereitschaft auch in die Zukunft und vereinbarte für das Jahr 2023 einige Termine für Ausbildungen und weitere Vorhaben.

Lothar Scheler

10 Jahre als Helfer vor Ort tätig

Anlässlich einer Arbeitssitzung der BRK Bereitschaft Gösmes-Walberngrün und den Helfern vor Ort (HVO) im Wärtshäusla in Grafengehaig konnte Bereitschaftsleiter Lothar Scheler zusammen mit Bürgermeister Werner Burger zwei verdiente Bereitschaftsmitglieder für 10-jährige Treue auszeichnen.

So wurden Marion Rothert und Stephan Gageik mit der Urkunde und einer Anstecknadel geehrt. Scheler bedankte sich für die geleistete Arbeit und den Einsatz zum Wohle der Allgemeinheit. Auch der Bürgermeister konnte nur lobende Worte für die Beiden sprechen. Er sah eine große Wichtigkeit darin, dass beide als Helfer vor Ort über lange Zeit unterwegs waren. Es habe für die Grafengehaiger Bevölkerung ein Stück Sicherheit und Qualität gebracht.

Die Weiterführung des HVO-Dienstes durch die Mitglieder der Bereitschaft betrachtete er als grundlegend und äußerst wichtig für die Gemeinde und das Oberland. „Auch die Bevölkerung sieht das so und ist dafür sehr dankbar“, so Burger.

Markt Grafengehaig



Unser Bild zeigt (von links) Bürgermeister Werner Burger, Stephan Gageik, Marion Rothert und Bereitschaftsleiter Lothar Scheler.

Traueranzeigen

Anzeige online buchen: anzeigen.wittich.de



Herzlichen Dank

für die vielen Beweise der Anteilnahme zum Abschied von meinem lieben Mann und guten Vater

Robert Schneider

*23.09.1949

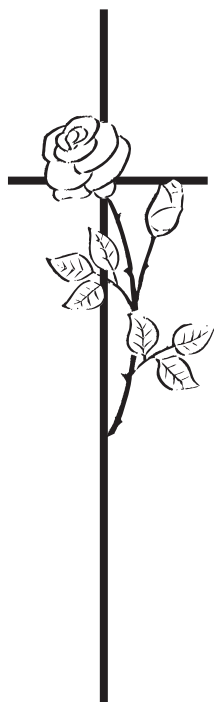
† 10.01.2023

Wir danken für die Beileidsbezeichnungen, Blumen und Geldspenden allen Verwandten, Bekannten, Freunden und Nachbarn.

Unser besonderer Dank gilt Pater Benedykt für die würdige Gestaltung der Trauerfeier und Frau Dr. Klein von den Oberlandärzten.

Helga und Kerstin Schneider

Marktkeugast, im Januar 2023





Im Notfall sind wir für Sie da. Jetzt benötigen wir Ihre Unterstützung!

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

seit 1997 sorgt Ihre Bereitschaft Gösmes/Walberngrün nach Verkehrsunfällen, auf dem Sportplatz, in Zusammenarbeit mit den Feuerwehren, oder bei Veranstaltungen als Sanitätswachdienst für Sicherheit.

Zudem gewährleisten unsere Helfer vor Ort (HvO) von den beiden Standorten Gösmes und Grafengehaig eine schnelle Hilfe bei medizinischen Notfällen. Helfer vor Ort sind speziell ausgebildete, im Rettungsdienst erfahrene Ersthelfer. Bei Einsätzen in den Gemeindegebieten von Marktkeugast und Grafengehaig, im nördlichen Landkreis Kulmbach und in der Stadt Helmbrechts werden sie von der Integrierten Leitstelle zusätzlich zu dem entsprechenden Rettungsmittel gerufen, um die Erstversorgung durchzuführen. Die HvO sind eine wichtige, sinnvolle und manchmal sogar lebensrettende Ergänzung zum Rettungsdienst, da sie besonders kurze Wege zum Patienten haben.

Wenn Hilfe benötigt wird, sind wir für Sie da. Doch diese Arbeit kostet Geld. Helfen Sie uns und unterstützen Sie die Bereitschaft Gösmes/Walberngrün mit Ihrer Spende. Konkret benötigen wir Ihre Hilfe für die Finanzierung von Einsatzmittel und -kleidung.

Wenn Sie eine Spendenbescheinigung benötigen, geben Sie dies bei der Überweisung bitte mit an.

Herzlichen Dank für Ihre Spende!

Unsere Bankverbindung:

Sparkasse Hochfranken

IBAN: DE82 7805 0000 0380 1804 30

BIC: BYLADEM1HOF

Verwendungszweck: Bereitschaft Gösmes/Walberngrün



Bergen, Löschen & Retten

Freiwillige Feuerwehr Eppenreuth

Stadlweihnacht der Freiwilligen Feuerwehr Eppenreuth

Am Freitag vorm vierten Advent fand in Eppenreuth erstmals eine „Stadlweihnacht“ statt. Trotz eisiger Temperaturen kamen gut 90 Gäste nach Eppenreuth. Nach einer kurzen Fackelwanderung fanden sich alle im leicht temperierten Stadl ein und lauschten dann dem ca. halbstündigen Programm, das vom Posaunenchor Grafengehaig eröffnet wurde. Im Wechsel mit Gedichtvorträgen von Eppenreuther und Schindelwälder Kindern und Jugendlichen sowie mit zwei Geschichtslesungen sorgten der Männergesangverein Concordia und wieder der Posaunenchor für die musikalische Ausgestaltung. Zwei gemeinsam gesungene Lieder und der Segen von Pfarrerin Heidrun Hemme rundeten das stimmungsvolle Programm ab.

Bei „Gulaschsuppe aus dem Feuertopf“, Wiener Würstchen, Weihnachtsgebäck, Glühwein, Bratapfelglühwein und

Kinderpunsch verweilten die Gäste noch im weihnachtlich geschmückten Stadl, wobei sich mancher auch an der Feuerschale vorm Stadl zu einem „Schwätzchen“ mit anderen traf.

Eine schöne, gelungene Einstimmung auf das Fest.

Volker Kirschenlohr



Sport & Bewegung

SG Gösmes-Walberngrün



Jahreshauptversammlung der SG Gösmes/Walberngrün

Vorsitzender Lothar Scheler begrüßte die Mitglieder der SG Gösmes/Walberngrün nach einem guten halben Jahr schon wieder zur Jahreshauptversammlung, die in diesem Jahr turnusgemäß im Januar stattfinden konnte. Er gedachte der beiden verstorbenen Gründungsmitglieder Wolfgang Blaschke und Robert Becher.

Bei der letzten Jahreshauptversammlung im Frühsommer 2022 wurden viele Ämter bei der SG neu besetzt. Der neue Schriftführer Bernd Witzgall fasste die Tätigkeiten der Vorstandschaft aus seinen Protokollen zusammen und der neue Kassier Klaus Lauterbach berichtete von der finanziellen Situation der SG. Nachdem alle Förderungen und Zuschüsse für die großen Projekte der SG eingetroffen sind, hat sich die SG-Kasse wieder erholt. Lothar Scheler stellte das Sportfest mit dem Jugend-Bundesligaspiel zwischen dem 1. FC Nürnberg und dem FC Erzgebirge Aue als Höhepunkt des letzten Jahres heraus. Auch alle weiteren Vereinsveranstaltungen wie das Muckturnier, die Kerwa und das Schlachtfest verliefen erfolgreich. Hannes Müller, seit dem letzten Sommer Vorsitzender, führte die schlechte Platzierung der zweiten Mannschaft des FC Frankenwald auf die große Verletztenmisere zurück und freute sich über das hervorragende Abschneiden der Ersten mit einem Spitzenplatz in der Kreisliga Hof. Die Nordic Walking Gruppe war von Ostern bis Ende Oktober aktiv und vertrat die SG unter anderem beim Festzug zum 600-jährigen Jubiläum der Stadt Helmbrechts. David Scheler, der inzwischen als stellvertretender Skiabteilungsleiter fungiert, referierte über die umfangreichen Vorbereitungsarbeiten für die Skisaison. Die 35 Jahre alten Motorschlitten wurden verkauft und ein gebrauchter Spurschlitten konnte nach Weihnachten angeschafft werden. Er wurde Anfang Dezember schon vermisst, als bei geringer Schneelage die Loipen mit der Pistenraupe gespurt werden mussten. Leider konnte ein Schneeschuhwanderevent in Zusammenarbeit mit der Frankencast nicht durchgeführt werden. Bürgermeister Werner Burger war stolz auf die Helfer des Vereins und freute sich über den guten Ruf des Walberngrüner Gletschers weit über die Landkreisgrenze hinaus. Er sicherte dem Verein die Unterstützung der Gemeinde Grafengehaig zu, wofür sich Lothar Scheler herzlich bedankte.



Ein neuer Motorschlitten zieht seine Kreise auf dem Walberngrüner Gletscher. Der Motorschlitten der Skiabteilung der SG kommt bei der Pflege der Loipen auf dem Walberngrüner Gletscher zum Einsatz.

In seinem Schlusswort blickte Lothar Scheler in eine ungewisse Zukunft: „Sicher ist, dass nix sicher ist“. Die Corona-Krise scheint vorüber zu sein, aber die Energie- und die Klimakrise werden den Verein noch beschäftigen. Die Erneuerung der Heizungsanlage steht ebenso im Raum, wie die Anschaffung einer Photovoltaikanlage oder die energetische Sanierung des Sportheims. Für die Bewässerung des Sportplatzes in den trocknen Sommermonaten soll nach einer weniger arbeitsintensiven Methode gesucht werden. Abschließend wurde überlegt, wie eine Übungsleiterin für die Damengymnastikgruppe gefunden werden könnte.

Lothar Scheler

Weitere Mitteilungen und Informationen

Die AOK informiert:

Digitale Krankmeldung auf Knopfdruck



Die Krankmeldung auf Papier – umgangssprachlich der „Gelbe Schein“ – wird ersetzt durch die eAU.

Der „Gelbe Schein“ für gesetzlich Krankenversicherte hat ausgedient. Seit Januar ersetzt die elektronische Krankschreibung (eAU) vollständig die bisherige Krankmeldung auf Papier. Damit entfällt jetzt auch die Zustellpflicht an den Arbeitgeber. „Bislang bestand die Krankmeldung aus mehreren Durchschlägen – jeweils für den Arbeitgeber, den Versicherten und die Krankenkasse“, so Markus Rother von der AOK in Bayreuth. Mit der eAU wird die Meldung direkt von der Arztpraxis verschlüsselt an die Krankenkasse gesendet. Dadurch erübrigt sich für die Versicherten die Zustellpflicht an die Kasse und ebenso die Zustellpflicht an den Arbeitgeber. Dieser ruft die AU-Daten dann direkt bei der Krankenkasse ab. „Die Übermittlung per Knopfdruck entlastet die Patienten, die sich so voll auf ihre Genesung konzentrieren können“, so Markus Rother. Zudem vereinfacht und beschleunigt der digitale Weg die Verarbeitung bei der Krankenkasse, so dass beispielsweise das Krankengeld an die Versicherten schneller ausgezahlt werden kann. Sollte die elektronische Übermittlung aus der ärztlichen Praxis an die Krankenkasse einmal aus technischen Gründen nicht möglich sein, kann man dort auch eine Papierbescheinigung ausstellen. Diese reichen die Versicherten dann bei ihrer Krankenkasse ein. Auf Wunsch der Versicherten kann für die eigenen Unterlagen weiterhin ein Papierausdruck erstellt werden.

Trotz eAU weiterhin Mitteilungspflicht

Die Mitteilungspflicht gegenüber dem Arbeitgeber gilt nach wie vor: Alle Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die arbeitsunfähig sind, müssen dies ihrer Firma unverzüglich mitteilen und auch die voraussichtliche Krankheitsdauer angeben. „Am besten ist es, gleich nach dem Aufstehen und zusätzlich nach dem Arztbesuch in der Firma anzurufen und sich krank zu melden. Beschäftigte sind jedoch nicht verpflichtet, die Art der Erkrankung und die Krankheitssymptome anzugeben“, so Markus Rother. Dauert die Arbeitsunfähigkeit (AU) länger als drei Kalendertage, sind die Erkrankten verpflichtet, die AU ärztlich feststellen zu lassen – sofern es keine andere betriebliche Regelung gibt. Der Arbeitgeber kann ein ärztliches Attest allerdings auch schon früher verlangen. Dauert die Erkrankung länger an, als im Attest angegeben, muss dies erneut ein Arzt oder eine Ärztin bestätigen.

Erlaubt ist, was die Genesung fördert

Wer krankgeschrieben ist, muss nicht die ganze Zeit das Bett hüten – es sei denn auf ärztliche Anordnung. „Grundsätzlich ist während einer Arbeitsunfähigkeit alles erlaubt, was den Heilungsprozess nicht beeinträchtigt, gefährdet oder verzögert“, so Markus Rother.

Es ist zum Beispiel in Ordnung, Notwendiges einzukaufen oder spazieren zu gehen, wenn dies der Genesung förderlich ist. „Generell ist es sinnvoll, die behandelnde Ärztin oder den Arzt zu fragen, was empfehlenswert oder zulässig ist“, rät Markus Rother.

Bei starkem Fieber ist es beispielsweise nicht ratsam, sich hinter das Steuer des Autos zu setzen oder Sport zu treiben. Bei manchen Erkrankungen kann maßvolle Bewegung dagegen sogar dazu beitragen, dass man schneller gesund wird. Allerdings sollte man sich dabei nicht überanstrengen.

Weitere Infos zur digitalen Krankschreibung gibt es im Internet unter www.aok.de/bayern/eau.

AOK-Beirat betont die Bedeutung von Selbsthilfegruppen

Selbsthilfe im Fokus

Seit vielen Jahren unterstützt die AOK als Krankenkasse aus der Region die gesundheitsbezogene Selbsthilfearbeit - und das nicht erst seit der gesetzlichen Verpflichtung dazu. In Selbsthilfegruppen schließen sich Menschen zusammen, um gemeinsam Erkrankungen und psychische oder soziale Probleme zu bewältigen - sei es als Betroffene oder als deren Angehörige. „In der Gruppe stärken und tragen sie sich gegenseitig und tauschen Informationen und Erfahrungen aus“, sagt Maria-Anna Link vom Beirat der AOK-Direktion Bayreuth-Kulmbach.

Selbsthilfe als wichtiger Baustein im Gesundheitssystem

Selbsthilfe ist für die Selbstverwaltung der Gesundheitskasse ein bedeutendes Thema. Selbsthilfegruppen haben sich als Möglichkeit bewährt, Krankheiten anzugehen und einen Weg zu finden, damit besser umzugehen.

„Das Sich-Befassen in der Gruppe, der Austausch von Alltagserfahrungen und Tipps und das Gemeinschaftsgefühl sind oft sehr hilfreich“, so Maria-Anna Link. Die Selbsthilfe ergänzt unser professionelles Sozial- und Gesundheitssystem. Sie ist für viele Menschen eine tragende Säule der psychosozialen Unterstützung. „Mein Dank gilt deshalb allen, die sich ehrenamtlich in einer Selbsthilfegruppe engagieren“, betont Maria-Anna Link.

Finanzielle Förderung

Die AOK Bayern unterstützt die Selbsthilfe vor Ort finanziell. Seit 2009 gibt es in Bayern ein einheitliches Förderverfahren durch die gesetzlichen Krankenkassen, geregelt im Sozialgesetzbuch. Die bayerischen Selbsthilfegruppen sind an 13 sogenannten Regionalen Runden Tischen organisiert. Am Runden Tisch Coburg sind die Mitgliedskrankenkassen, die Selbsthilfekontaktstelle der Stadt Coburg und gewählte Vertreterinnen und Vertreter der Selbsthilfegruppen beteiligt. Das Einzugsgebiet umfasst Selbsthilfegruppen aus Coburg, Lichtenfels, Kronach, Kulmbach und Bayreuth. „Durch den Runden Tisch werden gleiche Chancen und eine bedarfsgerechte Verteilung der Fördergelder sichergestellt“, so Maria-Anna Link. Die Förderanträge für das Jahr 2023 sind bis zum 15. Februar 2023 zu stellen, neu gegründete Gruppen können ihre Anträge bis zum 31. Oktober 2023 stellen. Die AOK-Direktion Bayreuth-Kulmbach hat die Selbsthilfegruppen der Region im Jahr 2022 mit 31.500 Euro bezuschusst. Insgesamt hat die AOK Bayern in die Selbsthilfe im Jahr 2022 rund 5,6 Millionen Euro investiert, auf die Förderung vor Ort entfallen hiervon 1,2 Millionen Euro. Weitere Fördermittel erhalten die Landesorganisationen der Selbsthilfe und Selbsthilfe-Kontaktstellen in Bayern.

Von der Förderung 2022 haben 41 Selbsthilfegruppen aus Stadt und Landkreis Bayreuth sowie 17 Gruppen aus dem Landkreis Kulmbach profitiert, die damit Aufwendungen für gesundheitsbezogene Aktivitäten stemmen. Auch Kosten für Büroausstattung und -materialien, die für die ehrenamtliche Arbeit notwendig sind, können finanziell gefördert werden. „Art und Umfang der Unterstützung richten sich nach dem tatsächlichen Bedarf im konkreten Einzelfall“, so Maria-Anna Link. Über die Höhe der Förderung wird in sogenannten Vergabe-sitzungen des Runden Tisches entschieden. Die finanzielle Förderung durch die Krankenkassen ist an Voraussetzungen geknüpft, die in einem Selbsthilfeleitfaden geregelt sind.



Selbsthilfe ist für den AOK-Beirat ein wichtiges Thema. Das Foto zeigt (von links) den Beiratsvorsitzenden auf Arbeitgeberseite Peter Engelbrecht, die stellvertretende Beiratsvorsitzende auf Versichertenseite Maria-Anna Link und stellvertretenden AOK-Direktor Markus Rother bei der letzten Beiratssitzung.

Neues YouTube-Format

Henrietta: Fit für den Sport

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt für Kinder und Jugendliche mindestens 60 Minuten Sport und Bewegung täglich, das Robert-Koch-Institut (RKI) sogar mindestens 90 Minuten. In Deutschland erreichen nur etwa 20 Prozent der Kinder und Jugendlichen diese Empfehlung. Ihre körperliche Aktivität ist insbesondere durch die Corona-Pandemie und die Lockdown-Phasen sehr stark zurückgegangen. „Hier setzt unsere neue Videoreihe „Henrietta: Fit für den Sport“ an, die gerade auf YouTube startet“, sagt Ulrike Fischer, Bewegungsexpertin bei der AOK in Bayreuth. Die YouTube-Serie für Kinder zwischen sechs und 12 Jahren will die Gesundheit durch mehr Spaß an Bewegung fördern. Dabei gibt es Reportagen über verschiedene Sportarten und Mitmachvideos. Die Videos sind eine Erweiterung der Henrietta-Reihe „Bewegte Schule“, die Schülerinnen und Schülern seit der Pandemie - als Schulen und Sportvereine geschlossen waren - die Möglichkeit zu sportlicher Bewegung bietet. „Jetzt setzen wir wieder verstärkt auf eine Kombination von Schule und Sportverein, denn allein der Sportunterricht reicht für ausreichende tägliche Bewegung nicht aus“, so Ulrike Fischer.

(Probe-) Training im Sportverein

Im wöchentlichen Rhythmus zeigt „Henrietta: Fit für den Sport“ eine neue Sportart und passende Aufwärmübungen dazu. Die Serie stellt Basketball, Eishockey, Leichtathletik, Schwimmen und Judo vor. „Mit Hilfe des Angebots können die Kinder im besten Fall ihre neue Lieblingssportart finden und den dazu passenden Sportverein in ihrer Nähe zum Probetraining kontaktieren“, erläutert Ulrike Fischer. Das Programm entstand mit wissenschaftlicher Unterstützung von Prof. Dr. Urs Granacher von der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg. Ihm ist wichtig, die Kinder langsam wieder an mehr Bewegung heranzuführen. In den Videos sind spezielle Aufwärmübungen und Übungen aus der jeweiligen Sportart zu sehen. So zeigt beispielsweise die Folge über Basketball, wie eine Jugendmannschaft trainiert und worauf es beim Mannschaftssport Basketball ankommt, damit sich Teamgeist und die Talente der einzelnen Spieler oder Spielerinnen (zu einem Gesamtpaket) vereinen und alle dabei Spaß haben. Dazu kommen Videos mit Aufwärmübungen.

„Beim Aufwärmen werden die Muskeln durchblutet, die Gelenke geschmiert, die Bänder und Sehnen vorgedehnt und so der ganze Körper optimal auf die anstehende sportliche Betätigung vorbereitet“, erklärt die AOK-Gesundheitsexpertin. Diese Übungen können die Kinder jederzeit Zuhause nachmachen und beliebig oft wiederholen. Sie sind laut Prof. Granacher so gestaltet, dass sie den Körper richtig in Schwung bringen und gleichzeitig Freude an der Bewegung vermitteln und fördern.

Mehr Informationen und alle Videos zum Mitmachen sind auf dem YouTube-Kanal „Henrietta & Co. - Gesundheit spielend lernen“ unter <https://www.youtube.com/c/henriettaco> zu finden.

Das Team von „Henrietta: Fit für den Sport“ zeigt Schulkindern auf YouTube Reportagen über verschiedene Sportarten und Mitmachvideos zum Ausprobieren.



Hilfe für die Menschen in der Ukraine

Die LINUS WITTICH Medien KG unterstützt den Spendenaufruf von „Bündnis Entwicklung Hilft“ und „Aktion Deutschland Hilft“.

Spendenkonto:

DE53 200 400 200 400 600

Stichwort: **Nothilfe Ukraine**

www.spenden-nothilfe.de

**Bündnis
Entwicklung Hilft**

**Aktion
Deutschland Hilft**
Bündnis deutscher Hilfsorganisationen

**WITTICH
MEDIEN**

Helfen Sie mit. **Jede Spende zählt** ♥

Hören wie ein Luchs!



- ✓ individuelle Beratung
- ✓ Hausbesuche
- ✓ fachkundige Hörgeräteanpassung
- ✓ Reparaturservice
- ✓ kostenlose Hörmessung
- ✓ Nachsorge u. Hörtraining
- ✓ Garantielaufzeit von Hörgeräten bis zu 6 Jahren

Ich freue mich auf Sie!

Ihre Iveta Frank

Hörakustikmeisterin und
Betriebsleitung in Helmbrechts

Luitpoldstraße 31 · 95233 Helmbrechts · Tel. 09252 2515310
www.hoergeraete-luchs.de

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau informiert:

Krebserkrankungen - Je früher erkannt, desto schonender die Behandlung

Frühe Krebsstadien können schonender behandelt werden als fortgeschrittene. Die Untersuchungen im Rahmen der Krebsvorsorge in Anspruch zu nehmen ist daher wichtig. Darauf weist die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau anlässlich des Weltkrebstages am 4. Februar hin.

Früh erkannt sind insbesondere Brust-, Darm-, Haut- und Gebärmutterhalskrebs sowie verschiedene Formen des Prostatakrebses in der Regel gut heilbar. Die Krebsvorsorge beinhaltet je nach Geschlecht und Alter spezielle Untersuchungen und Intervalle:

- Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs für Frauen ab dem Alter von 20 Jahren
- Früherkennung von Brustkrebs für Frauen ab dem Alter von 30 Jahren
- Hautkrebs-Screening für Frauen und Männer ab dem Alter von 35 Jahren
- Früherkennung von Prostatakrebs für Männer ab dem Alter von 45 Jahren
- Mammographie-Screening zur Früherkennung von Brustkrebs für Frauen ab dem Alter von 50 Jahren bis 69 Jahren
- Darmspiegelung zur Früherkennung von Darmkrebs für Frauen ab dem Alter von 55 Jahren
- Darmspiegelung für Männer ab dem Alter von 50 Jahren
- Früherkennung von Darmkrebs für Frauen und Männer ab dem Alter von 50 Jahren (Stuhltest)

Nähere Informationen zu den Vorsorgeuntersuchungen finden sich auf der Internetseite der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau unter www.svlfg.de/vorsorge. Neben den Vorsorgeuntersuchungen beugt auch ein gesunder Lebensstil mit ausreichend Bewegung, gesunder Ernährung sowie ohne Nikotin und Alkohol Krebserkrankungen vor. Auch eine Ernährungsberatung kann sinnvoll sein. Diese wird von der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau als Landwirtschaftliche Krankenkasse gefördert. Mehr Informationen hierzu finden sich unter www.svlfg.de/ergaenzende-leistungen-zur-rehabilitation-ikk#ernaehrungsberatung.

Außerdem liefert die Internetseite der Deutschen Krebshilfe unter www.krebshilfe.de Informationen zum Weltkrebstag.

Betriebs- und Haushaltshilfe der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau

Qualifizierte Hilfe in der Schwangerschaft

Die Betriebs- und Haushaltshilfe der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau ist eine gefragte Hilfeleistung, um Notlagen in landwirtschaftlichen bzw. gärtnerischen Betrieben abzufedern.

Zu den Leistungsgründen zählen neben landwirtschaftlichen Arbeitsunfällen, Krankheit und Maßnahmen zur Vorsorge und Rehabilitation insbesondere auch Bedarfssituationen bei Schwangerschaft oder im gesetzlichen Mutterschutz.

Anspruch auf Betriebs- und Haushaltshilfe in der Schwangerschaft oder innerhalb des Mutterschutzes haben landwirtschaftliche Unternehmerinnen oder mitarbeitende Ehefrauen bzw. eingetragene Lebenspartnerinnen von landwirtschaftlichen Unternehmern bzw. Unternehmerinnen, die bei der Landwirtschaft im Nebenerwerb betrieben, ist auf jeden Fall die Versicherungspflicht zur Landwirtschaftlichen Alterskasse (LAK) erforderlich.

Wesentliche Voraussetzung für den Anspruch ist, dass durch die Schwangerschaft oder Entbindung Beschwerden oder gar Komplikationen auftreten, die dazu führen, dass aus

medizinischer Sicht die Arbeit im Unternehmen nicht weiter fortgeführt werden kann und die Unternehmerin, mitarbeitende Ehefrau oder Lebenspartnerin deshalb ausfällt.

Kommt es durch den Ausfall zu einer Bedarfssituation im Betrieb oder Haushalt, kann die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau für die Dauer des individuellen Bedarfs während der Schwangerschaft oder innerhalb der gesetzlichen Mutterschutzfristen vor und nach der Entbindung Leistungen der Betriebs- und Haushaltshilfe erbringen. In welchem Umfang dann Betriebs- und Haushaltshilfe als Hilfestellung im Betrieb oder Haushalt tatsächlich erforderlich wird, bestimmt sich nach den individuellen Gegebenheiten.

In der LKK und LAK ist Betriebs- und Haushaltshilfe eine Antragsleistung. Es ist also unbedingt notwendig, einen entsprechenden Antrag bei der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau zu stellen, wenn sich eine Bedarfssituation ankündigt.

Wichtig ist, dass die Antragstellung noch vor dem geplanten Einsatz einer Ersatzkraft im Rahmen von Betriebs- und Haushaltshilfe erfolgt, damit eine Kostenübernahme durch die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau sichergestellt werden kann. Der Antrag kann unter anderem über das Versichertenportal „Meine SVLFG“ gestellt werden. Hierzu ist eine einmalige Registrierung erforderlich über den Internetlink <https://portal.svlf.de/svlf-apps/anmeldung>.



Vorsicht vor Schwarzarbeit in der 24 Stunden Pflege!

Das müssen Sie wissen



Vergleichen Sie mehrere Anbieter

Mit einem Anbietervergleich stellen Sie nicht nur sicher, dass Ihr Angehöriger passende Pflege erhält, sondern können direkt auch Preise und Bewertungen einsehen.

Sichern Sie sich rechtlich ab und sparen Sie bares Geld

Verbraucherschützer empfehlen das Entsendungsmodell. Hier kümmert sich der Anbieter um die Anreise und stellt sicher, dass Sozialabgaben im Heimatland der Pflegekraft gezahlt werden.

Prüfen Sie die vertraglich vereinbarten Leistungen

Alle Leistungen sollten im Vertrag schriftlich festgehalten sein. Achten Sie auf eine Regelung für eine Ersatzkraft bei einem Ausfall. Außerdem sollten Sie unbedingt auf Kündigungsfristen achten.

Bereiten Sie wichtige Unterlagen und die Ankunft vor

Hinterlegen Sie für Notfälle wichtige Dokumente und Telefonnummern an einem zentralen Ort. Planen Sie die An- und Abreise der Pflegekraft vom nächstgrößeren Bahnhof.

Prüfen Sie Ihren Leistungsanspruch

Für die Finanzierung wird oft das Pflegegeld verwendet. Zusätzlich können jährlich bis zu 4.000 Euro als "außergewöhnliche Belastung" von der Steuer abgesetzt werden.

Bei Fragen rund um das Thema Pflege und Barrierefreiheit steht Ihnen unsere **kostenlose Beratung** unterstützend zur Seite.

☎ 06131/ 26 52 034 (Täglich 8-20 Uhr)

➤ www.pflegehilfe.org



LW-FLYERDRUCK.DE

Ihre Onlinedruckerei von LINUS WITTICH Medien

Informationsquelle

mit hoher Akzeptanz



PLZ 96358 **Teuschnitz**

Verbreitungsgebiet: Teuschnitz (mit Bastelsmühle, Dobermühle, Finkenmühle, Haßlach b. Teuschnitz, Kremnitzmühle, Rappoltengrün, Rauschenberg, Rauschenhof, Reichenbach, Tschirn, Wickendorf, Wiesenmühle, Wolfenhof)

PLZ 96332 **Pressig**

Verbreitungsgebiet: Pressig (mit Brauersdorf, Eila, Förtschendorf, Friedersdorf, Grössau, Haidelmühle, Hessenmühle, Marienroth, Obere Mühle, Posseck i. Bay., Rothenkirchen, Welitsch)

PLZ 95716 **Konradsreuth**

Verbreitungsgebiet: Konradsreuth (mit Ahornberg, Berg, Birkenhof, Brand, Eckardsreuth, Engel, Föhrenreuth, Frauenhof, Glänzlammühle, Gläsel, Gottschalk, Hollareuth, Jägerhaus, Lerchenberg, Martinsreuth, Maschinenhaus, Mödlitz, Neudörflein, Oberpferdt, Pretschenreuth, Reuthlas, Ringlasmühle, Schallershof, Schallersreuth, Schödelshöhe, Schwarzenfurth, Silberbach, Steinmühle, Stiftsgrün, Unterpferdt, Walburgisreuth, Waldlust, Weißlenreuth, Wendlershof, Wölbersbach)

PLZ 95145 **Oberkotzau**

Verbreitungsgebiet: Oberkotzau, Autengrün, Am Wendler, Fattigau, Haideck, Herrenlohe, Lerchenberg, Pfaffengrün, Wustuben

PLZ 95182 **Döhlau**

Verbreitungsgebiet: Döhlau, Kautendorf, Neudöhlau, Tauperlitz

- Näher am Kunden
- Hohe Leserzahlen
- Längere Aktualität

Werben Sie effektiv in Amts- und Mitteilungsblättern.

PLZ 96365 **Nordhalben**

Verbreitungsgebiet: Nordhalben (mit Heinersberg, Thomasmühle)

PLZ 96349 **Steinwiesen**

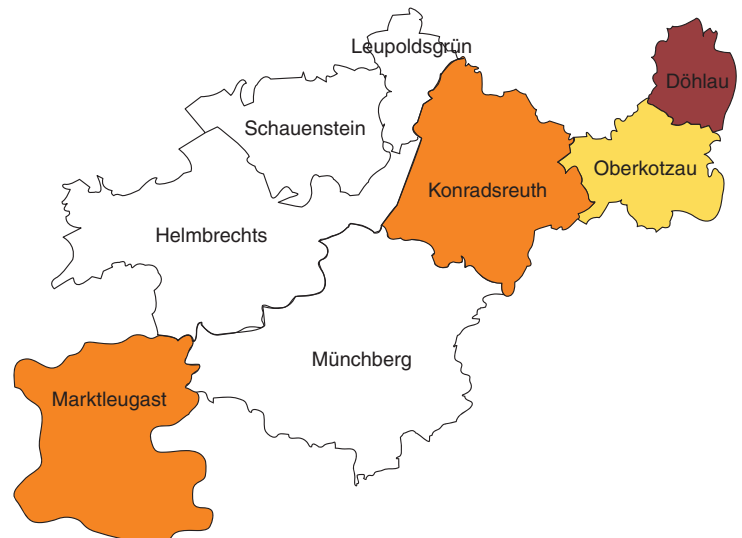
Verbreitungsgebiet: Steinwiesen, Berglesdorf, Birnbaum, Eisenhammer, Erlabrück, Hubertushöhe, Klingersmühle, Kochsmühle, Kübelberg, Leitsch, Leitschenstein, Löfflersmühle, Neufang, Nurn, Remitzhof, Rieblich, Schlegelshaid, Schnabrachsmühle, Schwarzmühle, Teichmühle, Tempenberg

PLZ 96346 **Wallenfels**

Verbreitungsgebiet: Wallenfels (mit Neuengrün, Schnaid, Schnappenhammer, Wolfersgrün)

PLZ 95352 **Marktkeugast**

Verbreitungsgebiet: Marktkeugast (mit Achatzmühle, Baiersbach, Filshof, Großrehmühle, Hanauerhof, Hermes, Hinterrehberg, Hohenberg, Hohenreuth, Kleinrehmühle, Kosermühle, Mannsflur, Marienweiher, Mittelrehberg, Neuen-sorg, Neuguttenberg, Ösel, Roth, Steinbach, Tannenwirthaus, Traindorf, Vorderrehberg, Weihermühle, Zegastmühle)



Für Anfragen und Beratung stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung.



Nicole Kraus

Ihre Gebietsverkaufsleiterin vor Ort

Mobil: 0151 52046086

n.kraus@wittich-forchheim.de • www.wittich.de

Impressum



Verwaltungsgemeinschaft Marktlegast, Neuensorger Weg 10
Eingang altes Schulhaus, 95352 Marktlegast
Tel.: (09255) 947-0, Fax: (09255) 947-50

E-Mail: poststelle@marktlegast.de, Sekretariat, Zimmer 4

Verantwortlich für den Inhalt:
für den Markt Marktlegast:
Franz Uome, Erster Bürgermeister und Gemeinschaftsvorsitzender
für den Markt Grafengehaig:
Werner Burger, Erster Bürgermeister und
stv. Gemeinschaftsvorsitzender

Verlag, Anzeigenverwaltung
und technische Gesamtherstellung:
LINUS WITTICH Medien KG
Peter-Henlein-Straße 1, 91301 Forchheim
Tel.: 09191/7232-0

Fax: 09191/7232-30 (Anzeigen)
E-Mail: info@wittich-forchheim.de

Internet: <http://www.wittich.de>



Nachlesen im Internet

Unser Mitteilungsblatt finden Sie auch
auf unserer Homepage unter
[www.markt-marktlegast.de/
Gemeinde/Aktuell/Mitteilungsblatt](http://www.markt-marktlegast.de/Gemeinde/Aktuell/Mitteilungsblatt)

SIE, IHR VEREIN, IHRE INSTITUTION, IHRE GEMEINDE BZW. STADT ODER IHR UNTERNEHMEN PLANEN DIE ERSCHEINUNG EINES BUCHES ...

... und Sie suchen einen versierten Partner?

Dann ist unser Herr Bosch genau der richtige Ansprechpartner – unser Projektbetreuer mit „Herz und Köpchen“ für alle Arten von Büchern.



Walter Bosch
Medienberater
Druckermeister

Mobil: 0170 8347461
Telefon: 07476 391400
w.bosch@wittich-herbstein.de



Ob Gesamtleistung von Satz, Gestaltung, Druck, Lieferung und Vertrieb oder gern auch alternierende Einzelleistungen – wir haben Erfahrungen in der Buchproduktion seit über 50 Jahren.



LINUS WITTICH
Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.

MEHR INFORMATIONEN UNTER WWW.WITTICH.DE

Wir helfen,
die Landwirtschaft
zukunftsfähig
zu machen.
Helfen Sie mit!

Postbank Köln 500 500 500 BLZ 370 100 50

Brot
für die Welt
www.brot-fuer-die-welt.de

Foto: Ch. Krackhardt



Inh. Oliver Kaupp
Breitenbachstraße 18
72178 Waldachtal-
Lützenhardt
Nördlicher Schwarzwald
Tel. 0 74 43 / 96 62 - 0
Fax 0 74 43 / 96 62 60

Hier fühl ich mich wohl -
hier bin ich daheim

10% Rabatt
auf das „Schwarzwaldversucherle“
auf Ihren Besuch bis 31. März 2023

Schwarzwaldversucherle

Buchbar von Sonntag bis Donnerstag oder Freitag

4 oder 5 Nächte mit Halbpension p. P. **ab € 321,-**

Wochenpauschale Halbpension

7 Übernachtungen mit Halbpension,

5x Menüwahl aus 3 Gerichten

1 x festliches 6-Gang-Menü, 1 x kaltes Vesper

ab € 529,-

Die kleine Auszeit

Immer Donnerstag oder Freitag bis Sonntag

2 oder 3 Übernachtungen mit Halbpension

1 x festliches 6-Gang-Menü, 1 x Obststeller

1 x Kaffee und Kuchen, 1 x Flasche Wein

2 Nächte p. P. **ab € 215,-**

Weitere Angebote finden Sie auf unserer Homepage

www.hotel-breitenbacher-hof.de oder

fordern Sie unseren ausführlichen Hausprospekt an.

Unsere ++ Pluspunkte ++

Unser gemütliches, familiengeführtes Hotel in absolut ruhiger Lage, zwischen 2 kleinen Seen in Waldnähe gelegen, bietet Ihnen täglich neben einem großen kalt-warmen Frühstücksbüfett abwechslungsreiche Speisen-Menüwahl aus 3 Gerichten sowie ein Salatbüfett mit frischen, knackigen Salaten aus der Region.

Wir freuen uns auf Sie!