



Mitteilungsblatt

Mitteilungsblatt der Verwaltungsgemeinschaft Marktleugast und deren

Mitgliedsgemeinden Markt Marktleugast und Markt Grafengehaig

Jahrgang 43

Freitag, den 9. September 2022

Nummer 9



Ein Blatt aus sommerlichen Tagen

Theodor Storm (1817 - 1888)

Ein Blatt aus sommerlichen Tagen,
ich nahm es so im Wandern mit,
auf dass es einst mir möge sagen,
wie laut die Nachtigall geschlagen,
wie grün der Wald, den ich durchschritt.

Telefonverzeichnis der Verwaltungsgemeinschaft Marktlegast

Name E-Mail-Adresse	Zimmer	Durchwahl
Uome, Franz Erster Bürgermeister Markt Marktlegast buergermeister@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	947-24
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!

Abgabeschluss

Für die Oktober-Ausgabe

Freitag, 23. September 2022

Erscheinungstag:
Freitag, 7. Oktober 2022

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

Marktgemeinderatssitzungen in der Wahlperiode 2020/2026



Markt Marktkeugast

Montag, 19. September 2022,
um 19.00 Uhr,
im Bürgersaal

Markt Grafengehaig

Mittwoch, 21. September 2022,
um 19.00 Uhr,
im Dorfgemeinschaftshaus

Wasser- und Abwassergebühren im Vergleich

Markt/Stadt	Wasser- gebühren inkl. 7% MWSt.	Abwasser- gebühren	Gesamtpreis pro m ³
Himmelkron	1,87 €	2,10 €	3,97 €
Marktkeugast	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 €
Marktschorgast	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 €

Überhängende Bäume, Hecken, Sträucher: Behinderung für Fußgänger, Radfahrer und Kraftfahrer

Es wurde festgestellt, dass Bäume, Hecken oder Sträucher von Privatgrundstücken in den öffentlichen Verkehrsraum hineinwachsen. Hierdurch können Fußgänger, Radfahrer und Kraftfahrer behindert werden.

Besonders gefährlich ist es, wenn an Eckgrundstücken die Sicht stark eingeschränkt wird oder Verkehrszeichen, Straßenlampen oder Straßennamensschilder von überhängendem Bewuchs verdeckt werden. Darüber hinaus stellt auch die Einengung der Gehsteige durch überwachsene Gehölze für die Fußgänger nicht nur eine Erschwernis dar, sondern manchmal auch eine Gefährdung.

Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Verkehrssicherung nicht nur eine Sache der Straßenverkehrsbehörde ist, sondern dass auch die Besitzer der Grundstücke entlang der Straßen für die Verkehrssicherheit mitverantwortlich sind. So schön manche Bäume, Hecken und Anpflanzungen auch sein mögen, sie dürfen aber nicht zu einem Ärgernis oder gar zur Gefahr für andere werden.

Alle Grundstückseigentümer werden deshalb gebeten, ihre Bäume, Hecken und Sträucher zu überprüfen und erforderlichenfalls so weit zurück zu schneiden, dass das vorgeschriebene Lichtraumprofil eingehalten wird. Dürre Bäume und Äste können dabei ebenfalls eine erhebliche Gefahr bedeuten und müssen, wenn sie den öffentlichen Verkehrsraum gefährden, beseitigt werden.

Für die Freihaltung von Bewuchs im öffentlichen Verkehrsraum gilt Folgendes:

- Auf Geh- und Radwegen ist eine lichte Durchgangshöhe von mindestens 2,50 m einzuhalten.
- Für den Kfz-Verkehr muss die lichte Höhe mindestens 4,50 m betragen (wenn kein Gehweg vorhanden ist, 4,50 m auf der gesamten Straßenbreite).

Achtung: Nasses Gehölz senkt sich noch zusätzlich ab!

Auch im Bereich von Straßenlampen, Verkehrsschildern und Straßennamensschildern sind Bäume, Hecken und Sträucher so weit zurück zu schneiden, dass die Lampen ihre Beleuchtungsfunktion erfüllen können und die Beschilderung mühelos erkannt und gelesen werden kann.

Bitte bedenken Sie, dass bei Unfällen und Sachbeschädigungen der Grundstückseigentümer für Schäden haftbar gemacht werden kann. Durch Ihr pflichtbewusstes Handeln können Sie als Grundstückseigentümer mithelfen, Unfälle und Sachbeschädigungen zu vermeiden und sich selbst unter Umständen viel Ärger, Unannehmlichkeiten und Entschädigungsansprüche ersparen.



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 Marktkeugast und Umgebung ist Gerhard Schmidt ein möglicher Ansprechpartner. Termine können unter Tel. 09255/ 1509 vereinbart werden.

DANKE FÜR ALLES

[sos-kinderdoerfer.de](https://www.sos-kinderdoerfer.de)



**SOS
KINDERDÖRFER
WELTWEIT**

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 6, 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 Feuerwehrschiele 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.

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/Stadteil, Straßefname, 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>.

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>.

Apotheken Notdienst



durchgehend dienstbereit
Beginn morgens 08.00 Uhr
bis nächsten Tag 08.00 Uhr

Mi., 07.09.	Franken-Apotheke, Münchberg
Do., 08.09.	Stadt-Apotheke, Helmbrechts
Fr., 09.09.	Rathaus-Apotheke, Marktlegast
Sa., 10.09.	Franken-Apotheke, Münchberg
So., 11.09.	Franken-Apotheke, Münchberg
Mo., 12.09.	Adler-Apotheke, Münchberg
Di., 13.09.	Waldstein-Apotheke, Sparneck
Mi., 14.09.	Conrads-Apotheke, Konradsreuth
Do., 15.09.	Adler-Apotheke, Münchberg
Fr., 16.09.	Waldstein-Apotheke, Sparneck
Sa., 17.09.	Conrads-Apotheke, Konradsreuth
So., 18.09.	Conrads-Apotheke, Konradsreuth
Mo., 19.09.	Engel-Apotheke, Münchberg
Di., 20.09.	Pittroff-Apotheke, Helmbrechts
Mi., 21.09.	Stadt-Apotheke, Münchberg
Do., 22.09.	Engel-Apotheke, Münchberg
Fr., 23.09.	Pittroff-Apotheke, Helmbrechts
Sa., 24.09.	Stadt-Apotheke, Münchberg
So., 25.09.	Stadt-Apotheke, Münchberg
Mo., 26.09.	Franken-Apotheke, Münchberg
Di., 27.09.	Stadt-Apotheke, Helmbrechts
Mi., 28.09.	Rathaus-Apotheke, Marktlegast
Do., 29.09.	Franken-Apotheke, Münchberg
Fr., 30.09.	Stadt-Apotheke, Helmbrechts
Sa., 01.10.	Rathaus-Apotheke, Marktlegast
So., 02.10.	Rathaus-Apotheke, Marktlegast
Mo., 03.10.	Conrads-Apotheke, Konradsreuth
Di., 04.10.	Adler-Apotheke, Münchberg
Mi., 05.10.	Stadt-Apotheke, Helmbrechts
Do., 06.10.	Conrads-Apotheke, Konradsreuth
Fr., 07.10.	Adler-Apotheke, Münchberg
Sa., 08.10.	Stadt-Apotheke, Helmbrechts
So., 09.10.	Stadt-Apotheke, Helmbrechts

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

Anschriften der Apotheken:

Helmbrechts

Pittroff-Apotheke, Münchberger Straße 10, Tel. 09252/ 6191

Stadt-Apotheke, Luitpoldstraße 29, Tel. 09252/ 91240

Konradsreuth

Conrads-Apotheke, Weberstraße 1, Tel. 09292/ 1317

Marktlegast

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

Münchberg

Adler-Apotheke, Kulmbacher Straße 7, Tel. 09251/ 1374
 Stadt-Apotheke, Bayreuther Straße 4, Tel. 09251/ 1301
 Engel-Apotheke, Karlstraße 16, Tel. 09251/ 6868
 Franken-Apotheke, Bahnhofstraße 2., Tel. 09251/ 6327

Sparneck

Waldstein-Apotheke, Marktplatz 1, Tel. 09251/ 1880

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
Marktlegast	8,0	5,11	1
Hohenberg	8,6	2,9	1
Zweckverband Walberngrüner Gruppe	7,2	4,74	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 Marktlegast

Wasserwart: Harald Hahn

Handy-Nr. 0170/ 385 24 23

Vertreter: Daniel Schramm

Handy-Nr. 0151/ 161 281 20

Abwasseranlagen Marktlegast

Klärwärter: Rainer Haber

Handy-Nr. 0151/ 161 281 23

Kläranlage Grafengehaig

Klärwärter: Alexander Plathaus

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 Marktlegast, Neuensorger Weg 10, Zimmer 2 (Kasse), kostenlos erhältlich.

Altglas-Container

Standorte Markt Marktlegast

Marktlegast	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 Marktlegast

Marktlegast	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	



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. abwärtsbewertet Mobilfunktarif)

www.kindernothilfe.de



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 **07./08.09.2022**
Restmüll/Biotonne

Mittwoch/Donnerstag **14./15.09.2022**
Papier/Biotonne

Mittwoch/Donnerstag **21./22.09.2022**
Restmüll/Biotonne

Mittwoch/Donnerstag **28./29.09.2022**
Gelber Sack/Biotonne

Donnerstag/Freitag **06./07.10.2022**
Restmüll/Biotonne

Wir weisen darauf hin, dass Weißblech im Gelben Sack zu entsorgen ist!



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.

Gesonderte Sammlung von Kühlgeräten aus Haushalten

In Zusammenarbeit mit der Firma Simon in Stockheim werden im Gebiet des Landkreises Kulmbach in der Woche **vom 19. September 2022 bis 23. September 2022** unbrauchbar gewordene Kühlgeräte aus Haushalten kostenlos eingesammelt.

Mitgenommen werden nur Geräte, die beim Landratsamt **bis 9. September 2022** unter der Telefonnummer 09221/707-100 oder über das Internet **angemeldet** wurden.

Die **Bereitstellung** muss **am 19. September 2022 bis spätestens 06.00 Uhr** erfolgen.

Wir bitten Sie um Verständnis, dass nur Geräte, in denen sich kein Inhalt mehr befindet und die grob gereinigt wurden, mitgenommen werden können.

Elektrofachgeschäfte, die von Kunden aus dem Landkreis Kulmbach Altkühlgeräte kostenlos zurücknehmen, können diese gegen Vorlage einer entsprechenden formlosen Bescheinigung der entsorgten Haushalte ebenfalls anmelden. Andere gewerbliche Geräte werden nur gegen Rechnung mitgenommen.

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, 07.09.2022 **Neuensorg**
17.15 Uhr – 17.45 Uhr früherer Schulhof

Mittwoch, 05.10.2022 **Eppenreuth**
16.00 Uhr – 16.30 Uhr Bushaltestelle Kindergarten

Mittwoch, 05.10.2022 **Marienweiher**
17.00 Uhr – 17.30 Uhr Parkplatz Richtung Steinbach

Die nächsten Termine in der Verwaltungsgemeinschaft Marktlegugast werden rechtzeitig bekannt gegeben!

Termine für stationäre Schadstoffannahme für Haushalte

jeweils 09.00 Uhr – 12.00 Uhr
Firma Drechsler, Von-Linde-Straße 17, 95326 Kulmbach

Samstag, 01.10.2022

Samstag, 05.11.2022

Samstag, 03.12.2022



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 Marktlegugast, angeliefert werden. Bei Kleinanlieferung wird gebeten, die neue Abladestelle an der B 289 in der Münchberger Straße anzufahren.

Standesamtliche Nachrichten

August 2022

Geburten

Emilio Thomas Renz, Sohn von Janina Renz und Patrick Renz, geboren am 17.08.2022, in Marktlegast.

Eheschließungen

Steffen Koppmeier und Sindy Pöhlmann, wohnhaft in Marktlegast, haben am 06.08.2022, in Marktlegast, die Ehe geschlossen.

Lasse Neumann und Nathalie Bauer, wohnhaft in Marktlegast, haben am 13.08.2022, in Marktlegast, die Ehe geschlossen.

Sterbefälle

Marga Mühlfriedel, geb. Pöhlmann, zuletzt wohnhaft in, 95352 Marktlegast, Lehenweg 3, ist am 21.07.2022, in Marktlegast, verstorben.

Anneliese Burger, geb. Rösler, zuletzt wohnhaft in, 95352 Marktlegast, Jahnstr. 28, ist am 30.07.2022, in Marktlegast, verstorben.



Neues aus der Bucherei

Herzlich willkommen in der Gemeindebücherei Marktlegast

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

Unsere Bücherei in Marktlegast hat den Anspruch, alle Bevölkerungsschichten anzusprechen und ist dabei zugleich ein Ort der sozialkulturellen, ehrenamtlichen Gemeindegarbeit.

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**

Traueranzeigen] In dankbarer Erinnerung.

Anzeige online buchen: [anzeigen.wittich.de](https://www.wittich.de)



Für die erwiesene Anteilnahme und die trostreichen Worte anlässlich des Todes unseres lieben Verstorbenen

Peter Schmidt

sagen wir herzlichen Dank.

Im Namen aller Angehörigen
**Sohn Patrick,
deine Eltern Annemarie und
Friedolin.**

Tannenwirtshaus, im Juli 2022

Abschied nehmen.

Wenn ein geliebter und geschätzter Mensch gestorben ist, möchten Angehörige, Freunde und Kollegen von ihm Abschied nehmen.

Trost und Anteilnahme derer, die ihn kannten, können vielleicht ein wenig über die schwere Zeit hinweghelfen.

Mit einer Traueranzeige in Ihrem Mitteilungsblatt können Sie ihnen dazu Gelegenheit geben.

**Familienanzeigen ONLINE BUCHEN:
www.wittich.de**



*Aus unserem Leben bist du gegangen,
in unseren Herzen bleibst du.*

Dorothea Lobenwein

Herzlichen Dank für die große und aufrichtige Anteilnahme in der schweren Zeit des Abschiednehmens von meiner lieben Mutter. Ich danke allen, die sie auf ihrem letzten Weg begleitet haben, von ganzem Herzen.

Thomas Lobenwein

Marktlegast, im August 2022





Anmeldung für Kurse der VHS Marktleugast

Unter Anerkennung der **Allgemeinen Geschäftsbedingungen** und **Gebühren** der Volkshochschule Marktleugast 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 beigelegt (siehe Formular SEPA-Mandat).
 Meine Bankverbindung hat sich geändert. Hinweis: Sollte sich die Bankverbindung geändert haben, muss der VHS Marktleugast 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 Marktleugast – Volkshochschule, Neuensorger Weg 10, 95352 Marktleugast, 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 Marktleugast 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 beigelegt.

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 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!

Kursübersicht

Neue Kurse im Herbst-/Wintersemester 2022/2023

Gesundheit

Kurs-Nr.	Kurstitel	Kurs-Beginn	Uhrzeit
22HMA3031	Muskelaufbautraining für einen gesunden Rücken	Mo., 19.09.22	18.15 Uhr
22HMA3021	Fatburner Stepp Aerobic	Mo., 19.09.22	19.15 Uhr
22HMA3023	Body-Toning: Stepp Aerobic meets Bauch, Beine, Po	Mo., 19.09.22	20.15 Uhr
22HMA3033	Senioren-Fitness I	Do., 22.09.22	14.00 Uhr
22HMA3035	Senioren-Fitness II	Do., 22.09.22	15.15 Uhr
22HMA3025	Tanz die Problemzonen weg	Do., 22.09.22	19.00 Uhr
22HMA3032	Muskelaufbautraining für einen gesunden Rücken	Mo., 09.01.23	18.15 Uhr
22HMA3022	Fatburner Stepp Aerobic	Mo., 09.01.23	19.15 Uhr
22HMA3024	Body-Toning: Stepp Aerobic meets Bauch, Beine, Po	Mo., 09.01.23	20.15 Uhr
22HMA3034	Senioren-Fitness I	Do., 12.01.23	14.00 Uhr
22HMA3036	Senioren-Fitness II	Do., 12.01.23	15.15 Uhr
22HMA3026	Tanz die Problemzonen weg	Do., 12.01.23	19.00 Uhr

Junge VHS

Kurs-Nr.	Kurstitel	Kurs-Beginn	Uhrzeit
22HMA3027	Fit & Fun für Mädchen (6 – 10 Jahre)	Do., 22.09.22	18.00 Uhr
22HMA3028	Fit & Fun für Mädchen (6 – 10 Jahre)	Do., 12.01.23	18.00 Uhr

Kursorte der VHS Marktlegast

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

Neue Kurse im Herbst-/Wintersemester 2022/2023**Gesundheit** **Muskelaufbautraining für einen gesunden Rücken**

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. Die meisten Rückenprobleme entstehen durch Bewegungsmangel. Die Muskulatur wird nicht genügend beansprucht. Sie verliert an Kraft, neigt zu Verspannungen und Verkrampfungen. Durch das richtige Rückentraining lassen sich Rückenschmerzen vermeiden und Beschwerden lindern.

Dozentin: Karin Hoch

Gebühr: 15,00 €/25,00 €

Teilnehmerzahl: mind. 10 Personen, max. 25 Personen

Dauer: 6/10 Abende,
jeweils Montag von 18.15 Uhr bis 19.15 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Kurs-Nr.: 22HMA3031

Termin: 19. September 2022 bis 5. Dezember 2022
(10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 22HMA3032

Termin: 9. Januar 2023 bis 13. Februar 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. Im Cardio-Training benutzen wir den Stepp, da es einfach sehr viel Spaß macht. Dazu noch motivierende Musik und die Stunde vergeht im Nu.

Dozentin: Kathalin Hahn

Gebühr: 15,00 €/25,00 €

Teilnehmerzahl: mind. 10 Personen, max. 25 Personen

Dauer: 6/10 Abende,
jeweils Montag von 19.15 Uhr bis 20.15 Uhr

Sollte es aufgrund der Corona-Pandemie wieder zu Einschränkungen kommen, sind wir bezüglich des Hygiene-konzepts gezwungen, die Uhrzeit zu verschieben. Dann findet der Kurs von 19.30 Uhr bis 20.30 Uhr statt!

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Kurs-Nr.: 22HMA3021

Termin: 19. September 2022 bis 5. Dezember 2022
(10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 22HMA3022

Termin: 9. Januar 2023 bis 13. Februar 2023 (6 Abende/15,00 €)

Body-Toning: Stepp Aerobic meets Bauch, Beine, Po

Nach einem kurzem „Warm-up“ bringen wir in der ersten Hälfte der Stunde unser Herz-Kreislauf-System, bei einer Herzfrequenz von ca. 110 – 130 bpm, auf Hochtouren.

Bei heißen Beats trainieren wir die Bein- und Gesäßmuskulatur, verbessern unsere Ausdauer und kurbeln die Fettverbrennung an. Die Kombination verschiedener Schritte macht einfach Spaß und ist abwechslungsreich.

Im Anschluss geht es auf die Matte. Gerade für Schreibtisch-täter, die generell zu viel sitzen, ist es wichtig, den verkürzten Hüftbeuger, den Rücken und den Rumpf für eine bessere Körperspannung und -haltung zu trainieren. Die Stärkung der Muskulatur von Bauch und Rücken kann Verspannungen und Rückenleiden vorbeugen oder auch entgegenwirken.

Genug gute Gründe gleich direkt mit Body-Toning zu starten.

Dozentin: Kathalin Hahn

Gebühr: 15,00 €/25,00 €

Teilnehmerzahl: mind. 10 Personen, max. 25 Personen

Dauer: 6/10 Abende, jeweils Montag von 20.15 Uhr bis 21.15 Uhr

Sollte es aufgrund der Corona-Pandemie wieder zu Einschränkungen kommen, sind wir bezüglich des Hygiene-konzepts gezwungen, die Uhrzeit zu verschieben. Dann findet der Kurs von 20.45 Uhr bis 21.45 Uhr statt!

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Kurs-Nr.: 22HMA3023

Termin: 19. September 2022 bis 5. Dezember 2022
(10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 22HMA3024

Termin: 9. Januar 2023 bis 13. Februar 2023 (6 Abende/15,00 €)

Senioren-Fitness I (70 – 80 Jahre)

Zielgerichtete Gymnastik für Senioren – das hält nicht nur Körper, Geist und Seele fit, sondern bringt auch mehr Bewegung und Vitalität.

...und ganz nebenbei macht es auch noch richtig Spaß und sorgt für Unterhaltung!

Dozentin: Karin Hoch

Gebühr: 15,00 €/25,00 €

Teilnehmerzahl: min. 10 Personen, max. 25 Personen

Dauer: 6/10 Nachmittage, jeweils Donnerstag von 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Kurs-Nr.: 22HMA3033

Termin: 22. September 2022 bis 1. Dezember 2022
(10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 22HMA3034

Termin: 12. Januar 2023 bis 16. Februar 2023 (6 Abende/15,00 €)

Senioren-Fitness II (50 – 70 Jahre)

Zielgerichtete Gymnastik für Senioren – das hält nicht nur Körper, Geist und Seele fit, sondern bringt auch mehr Bewegung und Vitalität.

...und ganz nebenbei macht es auch noch richtig Spaß und sorgt für Unterhaltung!

Dozentin: Karin Hoch

Gebühr: 15,00 €/25,00 €

Teilnehmerzahl: min. 10 Personen, max. 25 Personen

Dauer: 6/10 Nachmittage, jeweils Donnerstag von 15.15 Uhr bis 16.15 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Kurs-Nr.: 22HMA3035

Termin: 22. September 2022 bis 1. Dezember 2022
(10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 22HMA3036

Termin: 12. Januar 2023 bis 16. Februar 2023
(6 Abende/15,00 €)

Tanz die Problemzonen weg

Sie möchten sich gesund und fit halten und zusammen mit Frauen aller Altersgruppen die Problemzonen Bauch, Beine und Po bekämpfen? Dann sind Sie hier genau richtig. Mit rhythmischer Musik und den passenden Bewegungen sagen wir den Problemzonen Goodbye!

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Turnschuhe, Gymnastik-Schlappchen oder warme Socken mit. Wichtig wären auch eine Trinkflasche und vor allem gute Laune!

Dozentin: Stella Ganaki

Gebühr: 15,00 €/25,00 €

Teilnehmerzahl: min. 10 Personen, max. 20 Personen

Dauer: 6/10 Abende, jeweils Donnerstag von 19.00 Uhr bis 19.45 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Kurs-Nr.: 22HMA3025

Termin: 22. September 2022 bis 1. Dezember 2022
(10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 22HMA3026

Termin: 12. Januar 2023 bis 16. Februar 2023 (6 Abende/15,00 €)

Junge vhs



Fit & Fun für Mädchen (6 - 10 Jahre)

Mit anderen Girls treffen und sich zu verschiedenen Musikarten rhythmisch bewegen – das ist nicht nur gesund und hält fit, sondern ist Spaß pur! Ob freier Tanz oder Choreographie - Du wirst mit Sicherheit viel Freude haben! Und wenn Du Lust hast, können die einstudierten Tänze auch gerne mal der Öffentlichkeit präsentiert werden.

Come on, let's dance!

Bitte bringe bequeme Kleidung und Turnschuhe, Gymnastik-Schlappchen oder warme Socken mit. Wichtig wären auch eine Trinkflasche und vor allem gute Laune!

Dozentin: Stella Ganaki

Gebühr: 15,00 €/25,00 €

Teilnehmerzahl: min. 10 Personen, max. 20 Personen

Dauer: 6/10 Abende, jeweils Donnerstag von 18.00 Uhr bis 18.45 Uhr

Ort: Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Kurs-Nr.: 22HMA3027

Termin: 22. September 2022 bis 1. Dezember 2022
(10 Abende/25,00 €)

Kurs-Nr.: 22HMA3028

Termin: 12. Januar 2023 bis 16. Februar 2023 (6 Abende/15,00 €)

Pflasterbau

Erfahrene Firma pflastert
Wege, Einfahrten, Stellplätze, Terrassen, Tiefgaragen usw.

0171 / 9607178

<mt-pflasterbau@gmx.de> www.mt-pflasterbau.mozello.de



Hören wie ein Luchs!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Endlich wieder gut hören!

- Aktiv im Leben stehen und daran teilnehmen mit modernen Hörgeräten
- Testen Sie bei uns kostenlos die neueste Hörgerätektechnik
- Gerne machen wir Hausbesuche!
- Vereinbaren Sie einen Termin mit uns!

www.hoergeraete-luchs.de

Helmbrechts · Luitpoldstraße 31 · Tel. 092 52/251 53 10
Naila · Frankenwaldstr.1 · Tel. 092 82/98 47 96



Besuchen Sie uns auch auf Facebook!

GARANT

IMMOBILIEN

Über 41 Jahre Erfahrung

Sie haben in den letzten Jahren Ihren Haushalt organisiert, die Familie gemanagt?

Eine Aufgabe, die Ihre ganze Persönlichkeit gefordert hat? Die Kinder sind jetzt groß, Sie haben wieder mehr Zeit für sich und sind offen für eine neue berufliche Herausforderung? Zum Ausbau unseres Beraterteams suchen wir „Starke“ Frauen und Männer. Ihre Aufgabe bei uns wird es sein, den Kunden, die sich an uns wenden, bei der Suche nach Ihrer Traumimmobilie zu helfen. Als Quereinsteiger werden Sie gründlich geschult und eingearbeitet. Wir können auf eine über 41-jährige erfolgreiche Vermittlung von Immobilien zurückblicken.

Interessiert? Dann vereinbaren Sie einen unverbindlichen Termin. Ihr Ansprechpartner ist Jan Kohlhase, Telefon 0911 99 90 48-30

karriere.garant-immo.de

Mein Traumurlaub an der Mecklenburgischen Seenplatte



17213 Malchow/OT Lenz

☎ 039932 825201

Mail: info@traumurlaub-see.de

FERIENPARK LENZ
Ferienhäuser &
Ferienwohnungen

Entspannung pur!

www.traumurlaub-see.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, Hansastraße 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

85. Wiegenfest von Marianne Friedrich



Oswald Purucker (links) und Erster Bürgermeister Franz Uome (rechts) überbringen der Jubilarin Marianne Friedrich (Mitte) die besten Glück- und Segenswünsche zum 85. Geburtstag.

Marianne Friedrich feierte im Seniorenheim Marktlegast ihren 85. Geburtstag. Bürgermeister Franz Uome freute sich, die Jubilarin nun wieder frisch und munter, wie eh und je, gratulieren zu können. Er dankte ihr dafür, dass sie sich über Jahre hinweg in den Vereinen der Marktgemeinde aktiv eingebracht und engagiert habe.

Er brachte dabei die Hoffnung zum Ausdruck, dass sie sich nun auch im Seniorenheim mit ihrem Talent einbringe, Menschen zu unterhalten, und wünschte ihr für die Zukunft alles Gute. Mit drei Kindern, sieben Enkelkindern und sieben Urenkelkindern habe sie auch künftig keine Langeweile und stets viel Gesprächsstoff, so Marianne Friedrich.

Oswald Purucker dankte Marianne Friedrich für die jahrzehntelange gute Zusammenarbeit bei den Faschingsveranstaltungen der Pfarrei am Rosenmontag und später bei den Seniorennachmittagen im Martinsheim.

Mit ihren Vorträgen, Sketchen und Büttenreden hatte sie stets die Lacher und volle Aufmerksamkeit des Publikums auf ihrer Seite. Wenn sie dann zum Schluss auch noch ausrief: „Lebt denn der alte Holzmichel noch?“, tobte stets der ganze Saal. Mit dem Vortrag einer ihrer Büttenreden aus dem Jahre 2007, machte er ihr eine große Freude.

Aufgrund der Corona-Vorschriften feierte sie über den Tag verteilt. Am Nachmittag kamen Freunde und Verwandte zum Gratulieren und auch Pfarrer Pater Adrian Manderla und die Vorsitzende der Katholischen Gemeinschaft, Gretel Purucker, sprachen ihre Glückwünsche aus und dankten für die aktive Mitgliedschaft in vielen Jahren.

Am Abend spielte dann der Musikverein Marktlegast seinem Ehrenmitglied ein Ständchen vor dem Heim, das natürlich auch von den anderen Bewohnern aufmerksam verfolgt wurde. Vorsitzender Georg Purucker dankte Marianne Friedrich für ihre aktive Unterstützung des Musikvereins bei unzähligen Festen und Veranstaltungen.

Oswald Purucker

TAXI-KUNZELMANN

95352 Marktlegast - Marienweiher 36

priv. Nah- und Fernfahrten
Krankenfahrten

Geschäftszeiten:

Montag - Freitag: 6.00 Uhr - 22.00 Uhr

Samstag: 8.00 Uhr - 18.00 Uhr

Tel. 09255 1877

Goldene Hochzeit im Hause Radowicz



Das goldene Jubelpaar Christin (2. von rechts) und Andreas Radowicz (3. von rechts) im Kreise der Gratulanten: Erster Bürgermeister Franz Uome (rechts), Sohn Martin (links) und Schwiegertochter Sarina mit Enkel Niklas.

Christin und Andreas Radowicz feierten in Neuensorg ihre Goldene Hochzeit. Bürgermeister Franz Uome überbrachte die herzlichsten Glückwünsche der Marktgemeinde Marktlegast zum 50-jährigen Hochzeitsjubiläum.

kpw

Lilly Popp feiert ihren 90. Geburtstag



Unser Bild zeigt Lilly Popp (vorne, zweite von links) mit dem Dritten Bürgermeister Clemens Friedrich (vorne links), zusammen mit ihrer Schwester Margareta Rieß (vorne, dritte von links), ihren Kindern und Enkelkindern.

Bei bester Gesundheit feierte Lilly Popp aus Marienweiher ihren 90. Geburtstag. Bis zu ihrer Rente war sie bei der Wäschefabrik Dornheim als Musternäherin und als Ausbilderin beschäftigt. Schon in frühester Jugend war sie eine begeisterte Sängerin und über den Schulchor kam sie letztlich auch in den Kirchenchor und zum Gesangsverein Marienweiher.

Gerne erinnert sie sich heute noch an die Karfreitagliturgie, wo sie über Jahre zusammen mit dem Basilika-Chor die Leidensgeschichte Jesu nach dem Johannesevangelium gesungen hat. Im Namen von Bürgermeister Franz Uome überbrachte stellvertretender Bürgermeister Clemens Friedrich die Glückwünsche der Marktgemeinde. Auch ihr ehemaliger Chef, Albrecht Dornheim, ließ es sich nicht nehmen, seiner langjährigen Mitarbeiterin persönlich zu gratulieren.

Oswald Purucker

Markt Marktlegast aktuell

Eröffnung des Mehrgenerationenspielplatzes

Ein Platz zum Spielen und für Begegnung

Auch durch strömenden Regen ließen sich die Marktlegaster nicht davon abhalten, ihren neu errichteten Mehrgenerationenspielplatz am Tag vor dem Straßenfest offiziell seiner Bestimmung zu übergeben. Bürgermeister Franz Uome konnte dazu nicht nur den fast vollständigen Gemeinderat begrüßen, sondern auch eine Abordnung aus der ungarischen Partnergemeinde Pilisszentiván mit der Bürgermeisterin Gyöngyi Poppréné Révay an der Spitze sowie die ILE-Managerin Elena Büttner.

Für etwa 18.000 bis 20.000 Euro wurden mit Unterstützung aus dem Regionalbudget 2022 des Amts für Ländliche Entwicklung (ALE) Outdoor-Fitness-Geräte angeschafft und in den daneben liegenden Kinderspielplatz im Griesinger-Garten, dem Park der Marktgemeinde, integriert.

„Damit wurde aus dem Kinderspielplatz ein Mehrgenerationenspielplatz“, so Bürgermeister Franz Uome. Mit der Aufstellung der Outdoor-Fitnessgeräte soll für die gesamte Marktlegaster Bevölkerung die Möglichkeit geschaffen werden, sich in ihrer Freizeit im Freien körperlich zu betätigen und fit zu halten. „Es soll aber auch ein Treffpunkt für alle Generationen sein, um sich gemeinsam oder auch einzeln, abwechslungsreich zu bewegen“, motiviert das Gemeindeoberhaupt. Weil sich in unmittelbarer Nähe auch das Dr.-Julius-Flierl-Seniorenheim befindet, sei es auch für die Bewohner ideal, ebenfalls die Geräte im Rahmen ihrer Möglichkeiten zu nutzen.

„Mit der Aufstellung der Fitnessgeräte, die sich sehr gut in das Umfeld einfügen, wurde für die Marktgemeinde und für die Bürgerinnen und Bürger ein Mehrwert im Umfeld des Griesinger-Gartens geschaffen.“ Die Förderung beträgt 10.000 Euro.

Bürgermeister Uome dankte der Baudirektorin Kathrin Riedel vom ALE, der ILE Managerin Elena Büttner für die Abwicklung, dem Bauhof der Marktgemeinde für die durchgeführten Arbeiten und dem Marktgemeinderat, der voll hinter dem Projekt gestanden sei.

Elena Büttner von der ILE Fränkisches Markgrafen- und Bischofsland erklärte, dass das Förderprogramm mit jährlich 100.000 Euro für genau solche Projekte aufgelegt wird. „Damit wird ein Mehrwert für die gesamte Bevölkerung geschaffen.“ In Marktlegast würde alles ineinandergreifen, vom Kleinkind bis zum Senioren kann sich hier jeder betätigen. „Solche Projekte unterstützen wir gerne, wie in diesem Fall mit der Höchstförder-summe von 10.000 Euro je Projekt.“

Für das kommende Jahr hat der Bürgermeister auch schon wieder Wünsche, die für das Programm angemeldet werden könnten. „Wir könnten hier um den Mehrgenerationenspielplatz noch Liegen und Sitzbänke aufstellen.“ Weiter macht Uome darauf aufmerksam, dass auch Vereine das Förderprogramm nutzen können.

Helmut Engel

Ihr kompetenter Bosch-Car-Service



In der 3. Generation bereits seit 1948 in Marktlegast 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 Marktlegast

Tel.: 09255 / 511 - Fax: 09255 / 7384

www.auto-hoepfner.com - info@auto-hoepfner.com



Trotz strömenden Regens waren fast alle Gemeinderäte zur offiziellen Eröffnung des Mehrgenerationenspielplatzes im Griesinger-Garten, gegenüber dem Seniorenheim, gekommen. Auch eine Abordnung mit Gästen aus der ungarischen Partnergemeinde Pilisszentiván war dabei.

Verleihung der Silbernen Bürgermedaille an Marktgemeinderat Daniel Schramm



Die Marktgemeinde Marktleugast hat in Daniel Schramm einen neuen Träger der Silbernen Bürgermedaille und damit den wohl bisher jüngsten Ausgezeichneten. Dazu wurde ihm im Auftrag des Bayerischen Innenministers Joachim Herrmann noch die Dankes- und Anerkennungs-Urkunde für 20-jährige ehrenamtliche Mitarbeit in der kommunalen Selbstverwaltung verliehen.

Die Verleihung hat im Rahmen eines Festaktes im Bürger-saal stattgefunden und wurde mit der Rockballade „The Wind of Change“ durch Leon Schramm, einen Neffen des zu Ehrenden, eröffnet. Zweiter Bürgermeister Martin Döring erinnerte in seiner Begrüßung an die Zeit der Wende nach dem Ende des kalten Krieges. „Hoffnung prägte die damalige Zeit.“ Heute, etwas mehr als 30 Jahre später, hätte sich der Wind mit dem Überfall der Russen auf die Ukraine wieder gedreht. Es braucht dazu eine Gesellschaft die zusammensteht und zusammenhält, „und genau für solche Menschen ist die Bürgermedaille gedacht“. Ausgezeichnet würden solche Menschen, die sich über viele Jahre uneigennützig und selbstlos in Vereinen, in caritativen Einrichtungen und auch in der Kommunalpolitik engagieren und damit ihren Beitrag für eine funktionierende Gesellschaft und ein gemeinsames Miteinander leisten. „Eben solche Menschen wie Daniel Schramm.“ Zur Verleihung konnte Döring viele Ehrengäste willkommen heißen, darunter Landrat Klaus Peter Söllner, Ehrenbürger und Altbürgermeister Manfred Huhs, eine Abordnung aus der ungarischen Partnergemeinde *Pilisszentiván* mit Bürgermeisterin Gyöngi Poppréne Révay und die zahlreichen Träger der Goldenen und Silbernen Bürgermedaille.

In seiner Laudatio erinnerte Bürgermeister Franz Uome an die Worte von Konrad Adenauer: „Ehrungen, das ist, wenn die Gerechtigkeit ihren lebenswürdigen Tag hat“. „Und genau solch ein Tag ist heute“, wusste der Bürgermeister, „wenn ich den einstimmigen Beschluss des Marktgemeinderates umsetzen kann.“ Die Arbeit des Gemeindeparlaments, dem Schramm 20 Jahre angehört, würde oft genug im Schatten der Landes- und Bundespolitik stehen. „Wenn wir bei der Verwirklichung unserer Vorhaben auf Grenzen stoßen, die uns von Bund und Land auferlegt werden.“ Umso wichtiger sei es, dass Persönlichkeiten dem Gemeinderat angehören, die sich von bürokratischen Vorgaben nicht beirren lassen, wenn es um wichtige Angelegenheit der Allgemeinheit ginge. „Und zu diesen Persönlichkeiten gehörst du, lieber Daniel, ganz besonders!“ Ehrenamtliche und kommunale Ehrenämter seien höchst selten mit Anerkennung verbunden, vielmehr seien sie für ihre Inhaber mit vielfältigen Belastungen und meist auch mit Ärger verbunden. Die kommunale Selbstverwaltung würde aber aus gutem Grund auf dem ehrenamtlichen Element der demokratischen Wahl durch die Gesamtheit der Bürger basieren. „Sie lebt davon, dass sich verantwortungsbewusste Bürger engagieren und bereit seien, Verantwortung zu übernehmen.“ Ein Kommunalpolitiker würde sehr schwere Aufgaben übernehmen und immer unter Beobachtung der Bürger stehen. „Er muss permanent für seine Entscheidungen geradestehen und den Wählern Rechenschaft ablegen.“ Im Gemeinderat sei man auf Personen angewiesen, die bereit seien, Verantwortung zu übernehmen und sich mit den Konsequenzen ihrer Entscheidung direkt zu konfrontieren. „Das erfordert nicht selten Mut zu unpopulären Entscheidungen.“ Mit der viermaligen Wahl in den Gemeinderat hätten Daniel Schramm die Wähler dieses Vertrauen entgegengebracht. Schramm hätte die positive Entwicklung der Gemeinde mitbestimmt. „Durch Sachverstand, Weitblick, Engagement und Entscheidungsfreude war es möglich, unsere Marktgemeinde an entscheidenden Punkten voranzubringen.“ Dabei hätte Schramm, auch bei aller Schärfe in der politischen Auseinandersetzung, den Boden der Sachlichkeit nie verlassen. Nie sei er Schwierigkeiten aus dem Weg gegangen, „sondern hat sie aus dem Weg geräumt“.

Daniel Schramm bringt sich neben seiner parteipolitischen Arbeit in der CSU auch in zahlreichen örtlichen Vereinen als

Funktionär, Organisator oder als aktiver Sportler ein, so beim FC Marktleugast, dem M.I.B., dem RSC, dem TV Marktleugast, seit mehr als 30 Jahren aktiver Feuerwehrmann bei der Freiwilligen Feuerwehr Marktleugast, beim Musikverein und beim Stammtisch Hüttenbären. Seine Hobbys sind Mountainbike fahren, Skilanglauf, Fußball und Gleitschirmfliegen.

Im Gemeinderat war er von 2002 bis 2008 Jugendsprecher und hat dabei die Kinder- und Jugendaktionstage organisiert. Seit 2008 ist er Fraktionssprecher der CSU, seit 2002 im Finanz- sowie im Rechnungsprüfungsausschuss, von 2008 bis 2014 im Wirtschafts-, Tourismus- und Kulturausschuss sowie von 2014 bis 2017 im Schulbeirat. Weiter war und ist er LQN-Sprecher des Arbeitskreises Medien.

Für Landrat Klaus Peter Söllner ist es eine Selbstverpflichtung dem neuen Träger der Bürgermedaille seine Referenz zu erweisen, „der in jungen Jahren schon aktiv die Kommunalpolitik in der Marktgemeinde mitgeprägt hat“. Auch in der Partnerschaft mit *Pilisszentiván* hat er sich eingebracht, „ihm ist die Partnerschaft ans Herz gewachsen, diese ist gut und wichtig, gerade in der heutigen Zeit“. Söllner ehrte Schramm im Auftrag des bayerischen Innenministers Joachim Herrmann mit der Dankes- und Anerkennungs-Urkunde für 20 Jahre ehrenamtliche Mitarbeit in der kommunalen Selbstverwaltung. „Für einen jungen Mann mit Mitte 40 etwas ganz Außergewöhnliches“, so der Landrat. Für ihn sei es wichtig, dass solche Ehrungen durchgeführt werden. Gerade in der heutigen Zeit mit der wachsenden Zahl an Kritikern. „Da gibt es Leute, die kennen jedes Schlagloch in der Gemeinde und wissen, was alles falsch gemacht wurde, aber selbst wollen sie keine Verantwortung übernehmen“, ging Söllner mit den Nörglern ins Gericht.

Der Geehrte dankte für die Auszeichnung, die nicht möglich gewesen wäre, wenn seine Ehefrau Diana nicht alles mitgemacht hätte. „Auch wenn oft moll a weng gemosert wurde. Aber manchmal bin ich ja auch zu Hause.“ Seinen Eltern Heinrich und Anneliese, „die mich so erzogen haben, wie ich bin.“ Sein Vater wurde vor elf Jahren ebenfalls mit der Silbernen Bürgermedaille ausgezeichnet. Weiter gab er seiner Freude Ausdruck, dass nicht nur seine CSU-Fraktion an dem Festakt teilgenommen hat, sondern auch alle anderen Fraktionen. Musikalisch ausgeschmückt wurde die Feierstunde durch Leon Schramm.

Weil Landrat Klaus-Peter Söllner bei der offiziellen Verabschiedung von Pater Adrian nicht dabei sein konnte, hat er dies nun im Rahmen der Verleihung der Silbernen Bürgermedaille an Daniel Schramm nachgeholt. Für Erheiterung sorgte der Landrat, der sich über den Wunsch des Paters gewundert hatte. „Zu was braucht ein Pater einen Schlips?“ Für Pater Adrian sollte dies ein Andenken an den Landkreis Kulmbach sein. Der Landrat versicherte Adrian, „wenn es Ihnen dort nicht gefällt, Marienweiher und der Landkreis nehmen Sie gerne wieder auf“.

Helmut Engel



Zweiter Bürgermeister Martin Döring begrüßt die Gäste.



Bürgermeister Franz Uome (rechts) verleiht Daniel Schramm (links) die Silberne Bürgermedaille der Marktgemeinde Marktlegast.



Bei der Verleihung der Silbernen Bürgermedaille: (von links) Bürgermeisterin Gyöngi Poppréne Révay von der ungarischen Partnergemeinde Pilisszentiván, Landrat Klaus Peter Söllner, Erster Bürgermeister Franz Uome, der Geehrte Daniel Schramm mit Ehefrau Diana, Zweiter Bürgermeister Martin Döring und Dritter Bürgermeister Clemens Friedrich.



Träger der Silbernen Bürgermedaille, Daniel Schramm, bei seiner Dankesrede.



Im Auftrag des Bayerischen Innenministers Joachim Herrmann überbringt Landrat Klaus Peter Söllner (links) die Dankesurkunde und Auszeichnung für 20-jährigen ehrenamtlichen Dienst in der kommunalen Selbstverwaltung an Daniel Schramm (rechts).



Landrat Klaus Peter Söllner (links) verabschiedet sich von Pater Adrian (rechts).



Ein Blick in die Gästeschar.



Marktkeugast feiert sein Straßenfest

Nicht zu heiß, aber trocken: Das war das optimale Wetter für das Fest, das wieder Menschen aus dem ganzen Oberland angezogen hat.

Was war das für ein Trubel am Sonntag in der Marktkeugaster Marktstraße. Zum 33. Mal hatte die Gemeinde zum großen Straßenfest mit Musik, Kinderattraktionen und allerlei kulinarischen Köstlichkeiten eingeladen.

Der Festtag begann bereits um 10.00 Uhr mit einem Weißwurstfrühschoppen. Nachmittags setzte sich dann der Festzug in Bewegung, an dem die ortsansässigen Vereine sowie Landrat Klaus Peter Söllner, Bürgermeister Franz Uome, Gemeinderäte und Bürgermeisterin Gyöngi Poppréne Révay aus der ungarischen Partnergemeinde *Pilisszentiván* teilnahmen. Angeführt wurde der Zug vom Musikverein Marktkeugast.

Bürgermeister Franz Uome begrüßte insbesondere eine Delegation aus Pilisszentiván. Sein Dank galt allen Vereinen und Organisatoren, die sich nach seinen Worten über das Maß hinaus für das Gelingen engagierten. „Nachdem nun zwei Jahre nicht gefeiert werden konnte, sind heute für alle Jungen und Mädchen die Kinderattraktionen frei zu nutzen“, erklärte der Bürgermeister.

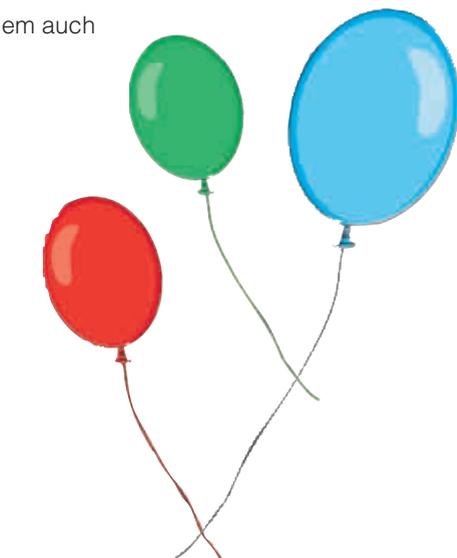
Bürgermeisterin Gyöngi Poppréne Révay erinnerte an die Unterzeichnung der Partnerschaftsurkunde im Jahre 1989: „Das ist ein Zeichen der Verständigung der Völker und für den Frieden sowie den Glauben an gemeinsame Werte.“ Landrat Klaus Peter Söllner sagte: „Wir leben in schwierigen Zeiten. Es ist Krieg und die Pandemie lässt uns nicht aus den Fängen. Dennoch bin ich der Meinung, es darf gefeiert werden. Feiern ist ein Stück des fränkischen Lebens.“

Dann gehörte dem Kindergarten „Arche Noah“ die Bühne. Die Jungen und Mädchen hatten mit ihren Erzieherinnen ein Singspiel einstudiert, mit dem sie den vielen Gästen einen Tag voller Glücksmomente wünschten. Später zeigten die Jugendgruppe der Faschingsgesellschaft Helmbrechts und die Kindertanzgruppe der VHS Marktkeugast noch ihr Können.

Neun Vereine trugen zum Gelingen des Festes bei, servierten Fleischspieße, Gyros, Schnitzel sowie Cocktails oder Bowle. Ein Flohmarkt wurde auf die Beine gestellt, Blumen in Dosen angeboten und der Schachclub brachte Jugendlichen die ersten Züge auf dem Brett bei.

Zudem fand am Ende der Marktstraße ein großes Old- und Youngtimertreffen, an dem auch Zweiradfahrer ihre Schätze zur Schau stellten, statt. Dieses hatte der Traktorclub Kulmbach Oberland organisiert. Am Abend sorgte die Band „Brillant“ für ausgelassene Stimmung.

Gabriele Fölsche



Das Bild zeigt (von links nach rechts) Ersten Bürgermeister Franz Uome bei der Ansprache zur Straßenfesteröffnung, Landrat Klaus Peter Söllner, Marktgemeinderat Daniel Schramm (Träger der Silbernen Bürgermedaille), Bürgermeisterin Gyöngi Poppréne Révay aus der ungarischen Partnergemeinde Pilisszentiván und Marktgemeinderätin Margareta Schoberth.

IMPRESSIONEN



vom 33. Marktlegaster Straßenfest







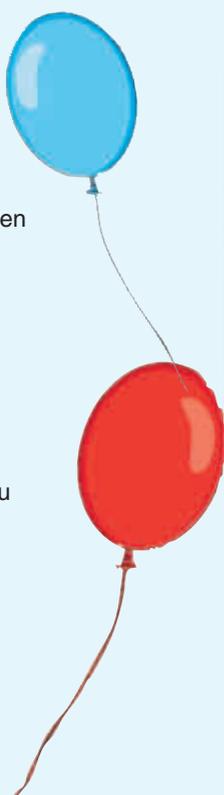




Herzlichen Dank an die Sponsoren!

Der Markt Marktleugast bedankt sich herzlich bei den Sponsoren, die durch großzügige Spenden die kostenlosen Kinderattraktionen auf dem 33. Marktleugaster Straßenfest erst möglich gemacht haben:

Zimmerei Josef Meisel
Raiffeisenbank Oberland
GSG Guttenberger Baugesellschaft
JULI Architekten
Wirth + Birkenbeul Landschaftsarchitekten
Bayernwerk Netz
Auto Höpfner
Landgasthof Haueis
Schreinerei Christoph Löffler
Sparkasse Kulmbach - Kronach
Axess Networks
Hermos Schaltanlagen
Josef Märkl Dachdeckerei
Horst Höllering Sanitär und Heizungsbau
Elektro Nixdorf
Karl und Johannes Taig Baggerbetrieb
Zimmerei Ralph Papaja
Friseur Petrik
Ott Transporte und Tankstelle
Greim Computersysteme
Licht- und Kraftwerke Helmbrechts
Bestattungen Werner Bunzel
Adkomm



Auch ergeht recht herzlicher Dank an die Spender der Preise für die Tombola:

Auto Höpfner
Thomas Zeidler Bezirkskaminkehrermeister
Schreinerei Heiko Linder
Kneipe ‚Hotel Sacher‘
Metzgerei Ebner
und den Vereinen
Markt Marktleugast



Kerwa im Markt Marktleugast



**Im Namen des Marktgemeinderates
lade ich Sie recht herzlich dazu ein
und heiÙe Sie willkommen.
Ich wÙnsche Ihnen schÙone Stunden und
einen angenehmen Aufenthalt
in unserer Gemeinde.**

**Ihr Franz Uome
Erster BÙrgermeister – Markt Marktleugast**

**Der 1. FC Marktleugast 1927 e.V.
Feiert vom 16. bis 18. September 2022
seine Sportheim-Kerwa.**



Kerwa im Markt Marktleugast



Die Ortsteile Marktleugast und Mannsflur feiern vom 22. bis 26. September 2022 ihr Kirchweihfest.

Freitag, 23.09.2022

Freiwillige Feuerwehr Marktleugast 1871 e.V.
Kerwa in der Feuerwehr: Schlachtschüsseessen
im Feuerwehrhaus der Freiwilligen Feuerwehr Marktleugast

18.00 Uhr

SV Mannsflur
Sportheim-Kerwa im Sportheim des SV Mannsflur

Samstag, 24.09.2022

1. FC Marktleugast 1927 e.V.
Kerwa-Rumspielen in Marktleugast

Freiwillige Feuerwehr Marktleugast 1871 e.V.
Kerwa in der Feuerwehr: Krenfleisch, Schnitzel und Haxen
im Feuerwehrhaus der Freiwilligen Feuerwehr Marktleugast

Sonntag, 25.09.2022

09.15 Uhr

Katholische Kirchengemeinde Marienweiher-Marktleugast
Festgottesdienst zum Kirchweihfest
in der St. Bartholomäuskirche Marktleugast

Die Ortsteile Marienweiher, Neuensorg und Hohenberg feiern vom 06.10.2022 bis 10.10.2022 ihr Kirchweihfest.

Sonntag, 09.10.2022

09.00 Uhr

Katholische Kuratie St. Josef Hohenberg
Festgottesdienst zur Kirchweih
in der St. Josef Kirche Hohenberg

10.30 Uhr

Katholische Kirchengemeinde Marienweiher-Marktleugast
Festgottesdienst zum Kirchweihfest
in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Impressum



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

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

Verantwortlich für den Inhalt:
für den Markt Marktkeugast:
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-marktleugast.de/
Gemeinde/Aktuell/Mitteilungsblatt](http://www.markt-marktleugast.de/Gemeinde/Aktuell/Mitteilungsblatt)



LINUS WITTICH

Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.

Hilfe für die Menschen

in der Ukraine



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

Spendenkonto:

DE53 200 400 600 200 400 600

Stichwort: Nothilfe Ukraine

www.spenden-nothilfe.de



Helfen Sie mit. Jede Spende zählt ♥



Informationsveranstaltung zur Bayerischen Grundsteuer am 22. September 2022

Veranstaltungsort: Dreifachsporthalle
Karl-Pezold-Str. 1, Marktkeugast
Veranstalter: Markt Marktkeugast
Referenten: Herr Rose (Finanzamt Kulmbach)
Herr Arnold (Vermessungsamt)

Beginn: 18:00 Uhr (Einlass ab 17:30 Uhr)



Unsere Dog-Stationen im Markt Marktkeugast

Marktkeugast

- 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 Marktkeugast
und Öselweg Neuensorg

Marienweiher

- am Zechteich

Mannsflur

- am Marktkeugaster Weg
- in Baiersbach

Traindorf

- Fußgängerweg auf Tannenwirthaus

Neuensorg

- Vorderrehberg vor der Unterführung

Hohenberg

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



Der Bürgermeister des Marktes Grafengehaig informiert

25-jähriges Jubiläum vom Gasthaus „Seeblick“ in Schlockenau

Zum 25-jährigen Wirtshaus-Jubiläum hatte Alexander Gareiß zahlreiche Gäste, Freunde und Bekannte eingeladen. Das kleine Dorfwirtshaus „Seeblick“ in Schlockenau ist nunmehr seit 25 Jahren in den Händen der Familie Gareiß aus Enchenreuth. Nach Anna Seuß übernahm Edmund Gareiß die kleine Wirtschaft mitten in Schlockenau und nach ihm folgte sein Sohn Alexander. Bürgermeister Werner Burger sagte, dass dieses kleine aber feine Wirtshaus in Schlockenau zum kulturellen Leben der Ortschaft gehöre. Hätte man es nicht, müsste es erfunden werden. Er bedankte sich bei Alexander Gareiß ausdrücklich für die Aufrechterhaltung des Brauchtums der damaligen Wirtin Anna Seuß. Auch die Freiwillige Feuerwehr und Dorfgemeinschaft Schlockenau brachte die Glückwünsche in Form einer Sitzgarnitur. Auch sie sind stolz auf ihren Alexander, der aus dem dörflichen Leben in Schlockenau nicht mehr wegzudenken sei, so der Vorsitzende Tobias Villa. Er war voll des Lobes, über einen sehr guten Menschen, wie es eben Alexander Gareiß sei. Auch Monsignore Prof. Dr. Dr. Rüdiger Feulner lies es sich nicht nehmen, seinen Schulkameraden und Freund Alexander die besten Wünsche und den Segen Gottes zu überbringen. In seinen Ausführungen war auch er begeistert von der Aufrechterhaltung der Wirtschaft und bedankte sich dafür beim Gastwirt Alexander.

Werner Burger



Auf der neuen Sitzgarnitur, die als Geschenk von den Schlockenauern gebracht wurde saßen anschließend (von links) Vorsitzender Tobias Villa, Bürgermeister Werner Burger, Monsignore Prof. Dr. Dr. Rüdiger Feulner und Gastwirt Alexander Gareiß und stießen auf das Jubiläum an.

Diamantenes Jubelpaar Brunhilde und Hans Illigmann

Brunhilde und Hans Illigmann feierten am 2. August ihre Diamantene Hochzeit. Sie sind damit 60 Jahre verheiratet und freuten sich sehr auf dieses schon etwas außergewöhnliche Jubiläum. Beide erzählten von der Hochzeit vor 60 Jahren. Im damaligen Gasthof Horn wurden die Feierlichkeiten abgehalten. Jetzt ist das Gebäude wieder auf neuestem Stand und dient als Dorfgemeinschaftshaus und Wirtshaus. Beide freuten sich darüber sehr und wollen unbedingt eine Besichtigung mit Tochter Ulrike durchführen. Bürgermeister Werner Burger gratulierte im Namen der Marktgemeinde und wünschte dem Jubelpaar noch weiterhin viel Gesundheit. Die Glückwünsche der Evangelischen Kirchengemeinde überbrachte er, auch stellvertretend für Pfarrerin Heidrun Hemme, die leider krankheitsbedingt nicht kommen konnte. Mit Geschenken und Erinnerungen überhäuft schwebten beide noch in den Erinnerungen ihrer Hochzeit und erzählten viele Episoden von damals.

Werner Burger



Das Jubelpaar Brunhilde und Hans Illigmann (1. und 2. von links) mit Bürgermeister Werner Burger (rechts).

Metz Classic—Metz blue—Panasonic

LED und OLED

Beratung + Verkauf + Service

Schramm
informationstechnik

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

Goldene Hochzeit im Hause Raupach in Schlockenau

Seit nunmehr 50 Jahren sind Irmgard und Rudi Raupach aus Schlockenau verheiratet. Ein durchaus bemerkenswertes Ereignis, das es in der heutigen Zeit nicht mehr so oft geben wird, so der Bürgermeister Werner Burger beim Gratulieren. Irmgard und Rudi Raupach haben in den 50 Jahren viel für die Ortsgemeinschaft und die Freiwillige Feuerwehr Schlockenau getan und sich immer ehrenamtlich engagiert. Zu ihrem Ehrentag kamen viele Freunde, Nachbarn und Vereinsvertreter, um die besten Glückwünsche zu überbringen. Zur Gratulanten-schar zählten von Seiten der Marktgemeinde Grafengehaig, Bürgermeister Werner Burger, von der Freiwilligen Feuerwehr Schlockenau, Vorsitzender Tobias Villa, Zweiten Vorsitzenden Sebastian Ott, Kommandant Michael Villa und Schatzmeisterin Petra Ploß, die sich alle auf ein weiteres gutes Miteinander im Vorzeigedorf Schlockenau freuen.

Werner Burger



Unser Bild zeigt (von links) Petra Ploß, Michael Villa, Bürgermeister Werner Burger, das Jubelpaar Irmgard und Rudi Raupach, Tobias Villa und Sebastian Ott.

Übergabe der Wallbox



Bei der Übergabe der Wallbox: (von links) VG-Geschäftsstellenleiter Michael Laaber, Bürgermeister Werner Burger und Christian Ziegler vom Bayernwerk.

Bayernwerk belohnt Energie für Nachhaltigkeit - Bürgerenergiepreis zeichnet gesellschaftliches Engagement rund um Nachhaltigkeit und klimaschonende Energienutzung aus

Bis Mai diesen Jahres konnten sich Privatpersonen, Vereine und Bildungseinrichtungen für den Bürgerenergiepreis vom Bayernwerk, mit Unterstützung der Regierung von Oberfranken, bewerben. Ausgezeichnet wurden Energieheldinnen und Energiehelden, die sich in vorbildlicher Weise für die Belange von Umwelt, Klima und Natur stark machen.

Auch im Markt Grafengehaig haben sich Bürgerinnen und Bürger für den Bürgerenergiepreis beworben. Unter den Kommunen, aus denen sich Bürger beworben haben, wurden Wallboxen (E-Ladestationen) verlost. Der Markt Grafengehaig war dabei unter den Gewinnern.

Bürgermeister Burger freute sich sehr über die Beteiligung von Grafengehaiger Bürgerinnen und Bürger zum Thema „rund um die Energie“ und konnte durch den Kommunalbetreuer Christian Ziegler vom Bayernwerk eine Wallbox in Empfang nehmen.

Michael Laaber

Markt Grafengehaig aktuell

Vortrag zur Grundsteuerreform in Bayern

Von der Marktgemeinde Grafengehaig wurde ein Vortrag zur Grundsteuerreform in Bayern mit gutem Besuch in der Frankenwaldhalle abgehalten. Der stellvertretende Leiter des Finanzamtes Kulmbach, Christian Rose, und der Leiter des Amtes für Digitalisierung, Breitband und Vermessung, Detlef Arnold, waren die beiden Referenten, die von Bürgermeister Werner Burger herzlich begrüßt wurden. Er bedankte sich für die Unterstützung der Bevölkerung in einer nicht ganz leichten Angelegenheit wie der Grundsteuerreform. So wurde ein über zweistündiger Vortrag mit vielen Fragen aus der Bevölkerung zu den Themen Grundsteuer und Anträge abgehalten. Die beiden Referenten vom Finanz- und Vermessungsamt machten mit großer Transparenz einen hervorragenden Vortrag, der viele Probleme aus der Welt schaffte. Die Anwesenden zeigten sich sehr interessiert und auch dankbar für dieses Angebot.

Werner Burger



Ein Blick in den Vortrag in der Frankenwaldhalle.



Macht Krach.



Macht Hoffnung.

**brot-fuer-die-welt.de/
ernaehrung**

Mitglied der **actalliance**

**Brot
für die Welt**

Würde für den Menschen.



Grafengehaig
feiert

Kerwa

am Samstag, den **10. September 2022**
ab **17.00 Uhr** im Dorfgemeinschaftshaus am
Marktplatz in Grafengehaig.

Es lädt die Marktgemeinde Grafengehaig und



herzlich ein.

- Schnitzelvariationen
- Salatteller
- Leckere Nachspeisen

Verkauf auch über die Straße.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



SOUL & DANCE NIGHT



**CJ &
THE SUNSHINE
GANG**

24. SEPT. 2022

FRANKENWALDHALLE

Markt Grafengehaig

INFO UNTER: 01715554822

Eintritt: 8€

Einlass: 18:30

Beginn: 20:00

Soul- and Dance-Night in Grafengehaig

Als vor zwei Jahren der Bürgermeister des Marktes Grafengehaig, Werner Burger, und Stefan Beier von der ortsansässigen Eventfirma cfb-events die Idee einer Tanzveranstaltung mit Liveband in der Frankenwaldhalle ins Auge fassten, konnte noch niemand ahnen, dass eine Pandemie diesem Vorhaben einen Strich durch die Rechnung machen würde.

Nach vielen Monaten der Unwegbarkeiten und Entbehrungen innerhalb der Gesellschaft ist es nun endlich soweit, dass der Markt Grafengehaig und der Sportverein Grafengehaig mit Unterstützung der cfb-events zur Soul-Night am 24.09.2022 einladen können.

„Was waren das für Zeiten, als in der Frankenwaldhalle noch regelmäßig Tanzveranstaltungen und Events an der Tagesordnung waren“. Das waren die Gedanken, die Werner Burger in einem Gespräch mit Stefan Beier bewegt haben. Warum also nicht einfach wieder aktiv werden und etwas bewegen.

Grafengehaig let's dance again!

Wir freuen uns ganz besonders, am 24.09.2022 live auf der Bühne in der Frankenwaldhalle die weit über die Grenzen von Oberfranken hinaus bekannte Soulband „CJ and the Sunshinegang“ präsentieren zu dürfen. Mit einer spektakulären Soul- and Dance-Night laden der Markt Grafengehaig und der Sportverein Grafengehaig in Zusammenarbeit mit cfb-events in die Frankenwaldhalle Grafengehaig ein.

Die siebenköpfige Formation entführt ihr Publikum auf eine musikalische Zeitreise in die 70iger und 80iger Jahre. Unsterbliche Hits von legendären Bands und Musikern, wie Kool and the Gang, Lionel Richie, the Temptations, Hot Chocolate oder Michael Jackson erfahren hier ein atemberaubendes Update - absolut live mit fünfstimmigem Backgroundchor und Bläserersatz sowie der unvergleichlichen Stimme von Soulman Charles Johnson, dem Star, Sänger und charismatischen Kopf der Band. Egal wo die Band ihre Visitenkarte hinterlässt, sind die Tanzflächen nach wenigen Minuten voll und ein begeistertes Publikum feiert und tanzt in den Abend.

Wir freuen uns außerordentlich, dass wir den Sportverein Grafengehaig als Ausrichter und somit Veranstalter für dieses Event gewinnen konnten.

Für das leibliche Wohl sind u.a. im Angebot: Cocktails, Prosecco, Vino und allerlei kulinarische Leckereien.

Für die Soulnight können im Vorfeld Tischreservierungen unter silke.kemnitzer@gmx.de oder cfb-events@t-online.de entgegengenommen werden. Der Eintritt beträgt 8,00 €. Einlass ist ab 18.30 Uhr; Beginn 20.00 Uhr.

Der Markt Grafengehaig, vertreten durch seinen Bürgermeister Werner Burger, sowie der Sportverein Grafengehaig laden Sie herzlich zu einem sicher unvergesslichen Abend in die Frankenwaldhalle ein. Wir wünschen allen Besucherinnen und Besuchern schon jetzt viel Spaß und „Kondition“.

Let's dance again!



JOBS

IN IHRER REGION

Ein Produkt der
LINUS WITTICH Medien Gruppe

HALLO! JA, GENAU SIE!

Sie suchen nach einer neuen Herausforderung?

Unsere Stellenangebote finden Sie hier:



Übrigens: Wir bilden auch aus.

Alle Infos dazu finden Sie unter

awo-kulmbach.de/kreisverband-kulmbach/karriere/

Schicken Sie gerne Ihre Bewerbung als PDF an bewerbung@awo-ku.de.



Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband
Kulmbach e.V.

Wir sind mit über 150 Mio. Euro Bilanzsumme und mit 34 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern eine erfolgreiche Genossenschaftsbank in den Landkreisen Kulmbach und Hof.

Aufgrund der altersbedingten Nachfolge suchen wir zur Verstärkung unseres Teams

- Kundenberater (m/w/d)
- Servicemitarbeiter (m/w/d)
- Sachbearbeiter (m/w/d)

Detaillierte Informationen zu den Aufgaben und unserem Anforderungsprofil erhalten Sie von Vorstand Herrn Goller unter 09255/941-11

E-Mail: ralph.goller@raiba-oberland.de

Wir geben auch Quereinsteigern eine Chance. Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung. Ihre aussagefähigen Bewerbungsunterlagen mit Angabe des möglichen Eintrittstermins senden Sie bitte an uns:

Raiffeisenbank Oberland eG
z.H. Vorstandsvors. Herrn Goller
Marktstr. 26
95352 Marktkeugast

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Raiffeisenbank Oberland eG

Mit Aussicht auf **HEIMAT.** Ihr nächster Job.



Kostenlose
Jobsuche –
print & digital!

- ✓ Jobs direkt aus Ihrer Umgebung
- ✓ Mobil optimierte Job-Ansicht – finden Sie Ihren Traumjob auch von unterwegs
- ✓ Einfacher und schneller Bewerbungsprozess – ganz egal, ob via E-Mail, Telefon oder auch per Post

jobs-regional.de

Ein Produkt der **LINUS WITTICH Medien Gruppe**

Kirchliche Nachrichten

Kath. Kirchengemeinde Marienweiher-Marktlegast

Drei Patres verlassen Marienweiher

Am Fest „Mariä Aufnahme in den Himmel“ fand in der Wallfahrtsbasilika ein Abschiedsgottesdienst für die scheidenden Patres des Klosters Marienweiher statt. Ab 1. September gehen Pfarrer Pater Adrian Manderla und Pater Silvester Ostfeld ins Kloster nach Grafrath am Ammersee und Wallfahrtsseelsorger Pater Aurelian wechselt auf den Annaberg nach Polen. Umgekehrt kommen vom Kloster Grafrath Pater Florian Malcherczyk und Pater Benedykt Piecha nach Marienweiher.

Dekan Andreas Seliger stellte in seinem Grußwort fest, dass der Abschiedsgottesdienst bewusst auf den Termin des Festes Mariä Himmelfahrt gelegt wurde. Die Menschen, und natürlich speziell die Patres, sollen an diesem Tag nicht am Irdischen festhalten, sondern ihren Blick nach oben, zur Gottesmutter richten. Sie stärke allen, die auf sie vertrauen und auch neue Wege gehen, immer und überall den Rücken und sei Vermittlerin aller Gnaden. Er dankte den drei Geistlichen für ihre Arbeit in den vergangenen neun Jahren und machte dies den Zuhörern anhand einer Tauf-, Hochzeits- und Beerdigungsstatistik deutlich.

Pfarrgemeinderatsvorsitzender Thomas Beck würdigte das seelsorgerische Wirken der drei Patres im Namen aller betreuten Kirchenverwaltungen und Pfarrgemeinderäte, ausgehend von Marienweiher, Marktlegast, Traindorf, Stammbach, über Kupferberg, Guttenberg, Hohenberg bis nach Enchenreuth. Sein Dank für die gute Zusammenarbeit galt Pfarrer Pater Adrian, der seit neun Jahren, davon sechs Jahre als Pfarradministrator, in Marienweiher tätig war, Pater Silvester für sein sechsjähriges Wirken und Pater Aurelian für die dreijährige Tätigkeit als Wallfahrtsseelsorger.

Bürgermeister Franz Uome erinnerte in seinem Grußwort daran, dass vor 375 Jahren die ersten zwei Franziskaner nach Marienweiher kamen und die Freude über die Unterstützung des Weltgeistlichen in der Wallfahrtsseelsorge sicher ebenso groß war wie 1983. Damals erklärte sich die oberschlesische Ordensprovinz bereit, die Lücke, die die bayerischen Franziskaner aufgrund Personalmangels hinterließen, zu schließen. Nicht nur die über 300-jährige franziskanische Tradition der Marienverehrung in der Wallfahrtsbetreuung konnte fortgeführt werden, auch die seit 1901 übernommene Pfarrseelsorge blieb erhalten. Die Geschichte habe gezeigt, so Uome weiter, dass mit der Zahl der Franziskaner vor Ort auch das Wallfahrtsaufkommen stieg. Bereits Ende des 17. Jahrhunderts waren zwölf Patres im Kloster und ihre Gemeinschaft zum Konvent erhoben. Heute verlassen drei Priester den Ort und nur zwei kommen hinzu. Ob diese Reduzierung am Rückgang der Kirchenbesucher, an den Wirren der Zeit oder im Personalmangel zu suchen sei, wollte der Bürgermeister nicht ergründen. Fest stand, und dies bescheinigte Pfarrer Pater Adrian, dass die Gemeinde stets ein offenes Ohr hatte, wenn es um die kirchlichen Belange ging. Zusammen mit Pater Adrian konnte das Großprojekt mit dem neuen Spielplatz beim katholischen Kindergarten und die Verwaltung des Kindergartens neu geregelt werden. Aber auch bei der Renovierung der Wallfahrtsbasilika und dem Einbau der neuen Orgel zeigte sich die Gemeinde großzügig. Das Pilger- und Begegnungszentrum müsse nun aber mit den neuen Patres umgesetzt werden. Pater Silvester würdigte er für seine gute Jugendarbeit und unterstrich seinen Humor im Gottesdienst, mit dem er über die Grenzen der Pfarrei hinaus geschätzt und geliebt wurde. Er wünschte sich auch, dass dieser dritte Aufenthalt mit sechs Jahren, nicht der letzte gewesen sein sollte. Dank zollte er zum Abschied Pater Aurelian, zwar war die Dauer des Aufenthaltes nur drei Jahre, doch verantwortlich für die Wallfahrt, sicher durch die zwei Jahre Pandemie die Schwierigsten.

Stellvertretender Landrat Dieter Schaar dankte im Namen des Landrates für die Arbeit als Seelsorger, die an der Grenze

der Pfarrei nicht endete. Er bescheinigte den Patres, dass ihr Wirken große Spuren hinterlasse, die sich nicht zuletzt im Bestand der Wallfahrt widerspiegeln. Bei zahlreichen Treffen, Geburtstagen, Jubiläen, im Seniorenheim oder auch dem Klosterspitzenfestival herrschte immer eine gute Atmosphäre. Auch im Namen von Landtagsabgeordneten Inge Aures wünschte er den Patres alles Gute für die Zukunft und den gleichen Erfolg an ihren neuen Wirkungsstätten.

Nach dem Abschiedsgottesdienst, der von Pfarrer Pater Adrian in Concelebration mit seinen Mitbrüdern und Dekan Andreas Seliger gefeiert wurde, ging es in den Klostergarten zum gemütlichen Beisammensein. Alle Gäste nutzten dann auch die Möglichkeit, sich von den Patres persönlich zu verabschieden.

Oswald Purucker



Pfarrgemeinderatsvorsitzender Thomas Beck dankte den Patres für das seelsorgerische Wirken im Namen aller Räte des ehemaligen Seelsorgebereichs.



Erster Bürgermeister Franz Uome dankte den Patres in seinem Grußwort für die gute Zusammenarbeit.



Stellvertretender Landrat Dieter Schaar bei seiner Abschiedsrede.



Bei der Verabschiedung im Klostergarten (von links) Zweiten Bürgermeister Martin Döring, Ersten Bürgermeister Franz Uome, stellvertretenden Bürgermeister Klaus Frank aus Stammbach, Pater Silvester, Pater Aurelian, Pfarrer Pater Adrian und die Kirchenrätin Maria Stadter aus Stammbach.



Beim Abschiedsgottesdienst am Altar (von links) Pater Silvester, Dekan Andreas Seliger, Pfarrer Pater Adrian, Pater Aurelian und Pater Andreas.



Zweiter Bürgermeister Martin Döring und Erster Bürgermeister Franz Uome verabschieden sich bei Pater Silvester.



Die Patres feierten mit Dekan Andreas Seliger den Abschiedsgottesdienst.



Erster Bürgermeister Franz Uome bei der Verabschiedung von Pfarrer Pater Adrian.



Ein Blick in die Gästeschar.



Ein weiterer Blick in den Klostergarten bei der Abschiedsfeier.

Gottesdienstordnung der Pfarrei Marienweiher

Marienweiher

Gottesdienst am Sonntag: 08.00 Uhr und 10.30 Uhr

Gottesdienst am Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag: 18.30 Uhr

Rosenkranz am Freitag: 18.00 Uhr

Marktlegast

Gottesdienst am Sonntag: 09.15 Uhr

Gottesdienst am Dienstag und Freitag: 19.00 Uhr

Gottesdienst am Donnerstag: 09.00 Uhr

Rosenkranz am Samstag: 18.00 Uhr

Vorabendgottesdienst am Samstag: 18.30 Uhr

Traindorf

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

Stammbach

Vorabendgottesdienst am Samstag: 17.15 Uhr

Pfarrmitteilungen

Krankenbesuch

Der monatliche Krankenbesuch mit Spendung der hl. Kommunion findet am **Freitag, 2. September**, zur gewohnten Zeit statt. **Am Freitag, 9. September**, übernimmt P. Benedykt die Krankenbesuche von P. Silvester zu gewohnter Zeit.

Neue Anmeldungen nehmen unsere Patres sehr gerne entgegen.

2. Hochfest der Wallfahrt zum Fest Mariä Geburt am 10. September

Am Vormittag Begrüßung der einzelnen Wallfahrtsgruppen und Wallfahrtsgottesdienst um 10.00 Uhr.

Beichtgelegenheit ist von 09.30 Uhr bis 12.00 Uhr und von 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr.

Der Hauptwallfahrtsgottesdienst ist um 19.00 Uhr mit anschließender Lichterprozession durch die Ortschaft. Hauptzelebrant und Festprediger ist Erzbischof Dr. Ludwig Schick.

Zur Teilnahme an den Wallfahrtsfeierlichkeiten laden wir auch unsere Pfarrangehörigen recht herzlich ein.

Auf Grund des Wallfahrtsfestes entfallen am Samstag, 10. September, die Gottesdienste in Stammbach und Marktlegast.

Schulanfangsgottesdienst

Das neue Schuljahr für unsere Kinder und Jugendlichen beginnt am **Dienstag, 13. September**.

Wir wollen den Segen Gottes erbitten und beginnen mit einem Gottesdienst in der **Kirche Marktlegast** für die **1. Klasse um 09.00 Uhr und um 10.00 Uhr für die 2. bis 4. Klasse**. In der **evangelischen Kirche Stammbach** beginnt der Gottesdienst für die 2. bis 4. Klasse um 08.30 Uhr und für die 1. Klasse um 09.30 Uhr.

Den Schülerinnen, Schülern und Lehrkräften wünschen wir viel Erfolg im neuen Schuljahr.

Patrozinium in Traindorf

Am Mittwoch, 14. September, ist das Fest der Kreuzerhöhung, das Patrozinium unserer Kirche in Traindorf. **Der Festgottesdienst wird am Sonntag, 18. September, um 08.00 Uhr, gefeiert.**

Kirchweihfest in Marktlegast und Marienweiher

Der Festgottesdienst in **Marktlegast ist am Sonntag, 25. September, um 09.15 Uhr**, und in **Marienweiher am Sonntag, 9. Oktober, um 10.30 Uhr**.

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, 28. September.**

Rosenkranzgebet im Oktober

Im Oktober beten wir den Rosenkranz. Nehmt aufs Neue den Rosenkranz mit Vertrauen in Eure Hände! Entdeckt den Rosenkranz wieder im Licht der Heiligen Schrift, in Einklang mit der Feier der Liturgie und unter den Umständen des alltäglichen Lebens.

Gemeinsam beten wir den Rosenkranz in:

Marienweiher am Mittwoch und Freitag um 18.00 Uhr.

Marktlegast am Dienstag, Donnerstag, Freitag und Samstag eine halbe Stunde vor dem Gottesdienst.

Fierstunde zum Tode des Hl. Franz von Assisi

Traditionell feiern wir am **3. Oktober** das Gedenken zum Tode des Hl. Franziskus von Assisi. **Beginn ist um 17.00 Uhr in der Basilika.**

Caritas-Herbst-Aktion

Unter dem Motto: „Nothelfer: Dringend gesucht!“ steht in diesem Jahr die Caritas-Herbstsammlung. Die Haussammlung findet vom 26. September bis 2. Oktober statt. Die Kirchenkollekte ist am 2. Oktober. Überweisungsflyer liegen in den Kirchen aus. Bitte unterstützen Sie mit Ihrer Spende die Arbeit der Caritas.

Friedenskerzen

In unserer Basilika beten wir für den Frieden in der Welt und sammeln Spenden für die Kriegsoffer in und aus der Ukraine. Für Ihre Großzügigkeit sagen wir ein herzliches Vergelt's Gott.

Als Dank für Ihre Spende schenken wir Ihnen eine kleine Friedenskerze.



**Bettfedern-Wäscherei
Eduard Hartmann**

**Friedrich-Schoedel-Str. 19
95213 Münchberg**

Telefon 09251-7785

- ✗ Anfertigung von Flachbetten wie z.B. Punktstepp oder Karo aus Ihren Federbetten (auch Übergrößen)
- ✗ Reiche Auswahl an Inletts in den verschiedensten Farben und Ausführungen
- ✗ Wir sind Mo. - Do. für Sie da – Anruf genügt.

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

Fackelwanderung und Andacht zu Mariä Himmelfahrt

Es ist eine christliche Tradition, sich am Vorabend von hohen Feiertagen zum Gebet zu versammeln. Aus diesem Anlass fand am Sonntag, den 14. August, eine Fackelwanderung zum Hochfest Mariä Himmelfahrt von Hinterrehberg in die Basilika Marienweiher statt. Der Shuttlebus brachte die Teilnehmer vom Parkplatz in Marienweiher zum Ausgangspunkt in Hinterrehberg. Um 19.00 Uhr startete die Fackelwanderung mit 34 Teilnehmerinnen und Teilnehmern dann gemeinsam von der Flurkapelle über Neuensorg und Marktlegast zurück nach Marienweiher. Den Abschluss bildete die Andacht, die Pfarrer Pater Adrian in der Wallfahrtskirche hielt.

Bruno Tittel begrüßte alle Gekommenen recht herzlich zur 12. Fackelwanderung an der Flurkapelle, u.a. Pfarrer Pater Adrian, die Marktgemeinde Marktlegast mit Zweitem Bürgermeister Martin Döring und Drittem Bürgermeister Clemens Friedrich sowie Hannelore Klier vom Pilgerbüro. „Das ist heute die letzte Fackelwanderung mit Pfarrer Adrian. Ein bisschen sind wir traurig, dass er uns verlassen muss. Wir wünschen ihm an seiner neuen Wirkungsstätte alles Gute“, sagte Tittel.

kpw



Abmarsch der Fackelwanderung an der Flurkapelle in Hinterrehberg.



Auf dem Weg zur Basilika in Marienweiher.



Eintreffen vor der Basilika Marienweiher.

Klosterladen Marienweiher



Öffnungszeiten des Klosterladens:

Samstag: 13.00 – 17.00 Uhr

Sonntag: 10.00 – 12.00 Uhr

**Das Leben wirft uns ständig Bälle zu.
Wir können ihnen ausweichen, sie fangen
oder von ihnen geworfen werden.**

Buddhistische Weisheit

**Über einen Besuch unseres Klosterladens
würden wir uns sehr freuen!**



Ihr
Klosterladenteam



Familienanzeigen!

Teilen Sie es in Ihrer Heimat- und
Bürgerzeitung mit!

Einfach bequem ONLINE BUCHEN: www.wittich.de



Marienkirche
Stambach**Evang.-Luth. Kirchengemeinde****Stambach-Mannsflur**Bethlehemkirche
Mannsflur**Gottesdienste und Veranstaltungen****Samstag, 10.09.2022**

14.30 Uhr Gemeindegottesdienst im Schützenstübla des kommunalen Sport- und Gemeindezentrums, Vortrag „Unterwegs in der indischen Partnerkirche des Leipziger Missionswerkes“ von Pfr. i.R. Nitzsche

Sonntag, 11.09.2022

08.45 Uhr Gottesdienst in Mannsflur mit Diakon Pühler

Dienstag, 20.09.2022

15.00 Uhr Gottesdienst im Seniorenheim Marktlegast (nicht öffentlich)

Sonntag, 25.09.2022

08.00 Uhr Gemeindeausflug Ahornis/Verbund „Mit Vollampf hoch hinaus“, Abfahrt vom Parkplatz der Kirche Ahornis, eventuell auch Zustiegmöglichkeit in Wüstenselbitz und Stambach.

Rückkehr ca. 20.00 Uhr, Teilnahmepreis 30,00 € (inkl. Bus- und Zugfahrt), Anmeldung unter Tel. 09256/ 9608328 oder per Mail an pfarramt. ahornis@elkb.de

Sonntag, 25.09.2022

08.45 Uhr Gottesdienst in Mannsflur mit Pfr. Müller

Dienstag, 27.09.2022

19.30 Uhr Kirchenvorstandssitzung

Sonntag, 02.10.2022

08.45 Uhr Erntedankfest, Gottesdienst in Mannsflur mit Lektorin Söllner

**Evang. Kirchengemeinde
Grafengehaig****Gottesdienste und Veranstaltungen****Sonntag, 18.09.2022**

08.30 Uhr Gottesdienst in Gösmes

09.30 Uhr Gottesdienst in Grafengehaig

Sonntag, 25.09.2022

09.30 Uhr Gottesdienst in Grafengehaig

Sonntag, 02.10.2022 - Erntedank

08.30 Uhr Gottesdienst in Gösmes

09.30 Uhr Gottesdienst in Grafengehaig

Sonntag, 09.10.2022

09.30 Uhr Gottesdienst in Grafengehaig

Farbanzeigen fallen auf!**Lassen Sie sich von uns beraten: 09191/7232-0**

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

**Zum farbenprächtigen Herbst
in den Schwarzwald
sicher, herzlich und einfach gut!**

Wochenpauschale Halbpension

7 Übernachtungen mit Halbpension,

5 x Menüwahl aus 3 Gerichten

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

p. P. **ab € 514,-**

Wochenpauschale garni

nur mit Frühstück p. P. **ab € 420,-**

Die kleine Auszeit

von Donnerstag oder Freitag bis Sonntag

2 oder 3 Übernachtungen mit Halbpension

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

1 x Kaffee und Kuchen, 1 x Flasche Wein

2 Nächte p. P. **ab € 205,-**

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!



Metzgerei Markus Ebner
Kulmbacher Str. 9, 95352 Marktlegast, Tel. 09255 229

Angebot der Woche
vom 08.09. bis 21.09.2022

hausgemachter Käsesalat	100 g € 1,39
Weißwürste mit frischer Petersilie	100 g € 0,99
Schinkenröllchen	Stk. € 1,60
Zungenwurst	100 g € 1,09
Schweinekammbraten gewürzt, bratfertig	100 g € 1,19
Rinderbraten a. d. Schulter	100 g € 1,59
Schweineschnitzel natur	100 g € 1,10

Angebot der Woche
vom 22.09. bis 05.10.2022

Nudelsalat hausgemacht	100 g € 0,90
Zwiebelfleischkäse	100 g € 1,19
Knoblauchwurst im Ring	100 g € 1,09
gek. Göttinger v. Stück od. geschnitten	100 g € 1,05
Räubertaschen gefüllt, vom Schweinerücken	100 g € 1,39
Schweinehüfte mit Schwarte	100 g € 0,99
Rindersteaks vom Roastbeef mariniert	100 g € 2,80

Jeden Donnerstag ab 11 Uhr
halbe Hähnchen

Alle Angebote solange Vorrat reicht. Änderungen vorbehalten!
Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Metzgerei Ebner und Team



Nessun Dorma
O, Sole Mio

Ave Maria
Halleluja

Ich bete an die Macht der Liebe
und viele mehr...

DILIAN KUSHEV

DIE
GOLDENE STIMME



kushevmusic.com

Kushev Music stellt vor

SACRALISSIMO

Sonntag, **11. Sept. 2022** um 17.00h

Evang. Kirche

Grafengehaig

Eintritt ist frei, um Spende wird gebeten

Kindergartennachrichten

Kindergarten Pfiffikus Eppenreuth

Verabschiedung von Luisa Haas

Luisa Haas aus Neuensorg konnte ihr zweites SPS-Praktikum von September 2021 bis Juli 2022 im Kindergarten in Eppenreuth machen. In dieser Zeit hat sie mit ihrer fröhlichen Art, die Herzen der Kinder erobert. Mit großem Engagement hat sie ihr Praktikum und die Schule gemeistert. Die Anstrengungen waren von Erfolg gekrönt. Luisa Haas absolvierte ihre Schule in Bamberg mit der Note 1 und war damit die Beste ihrer Schule.

Heidi Kirschenlohr, Ioana Voinu, Janka Lages und alle Kinder gratulieren ihr dazu ganz herzlich.

Wir bedanken uns für die liebevolle Zuwendung und Wertschätzung, die sie den Kindern jeden Tag aufs Neue geschenkt hat und wünschen ihr für die weitere schulische Ausbildung viel Freude und Erfolg.

Heidi Kirschenlohr



Sommerfest im Kindergarten Pfiffikus

Der Kindergarten Pfiffikus konnte heuer endlich wieder sein beliebtes Sommerfest feiern.

Alle freuten sich sehr darauf. Es war wieder möglich, sich in dem gemütlichen Garten zusammzusetzen und ein paar schöne Stunden zu verbringen.

Das Wetter war optimal. Die Erzieherinnen und Eltern hatten den Garten schön geschmückt und alle Kinder hatten fleißig für das Spiel geübt.

Das diesjährige Motto war: „Tabaluga auf der Reise, um erwachsen zu werden“.

Sie zeigten den Gästen, wie der kleine Drache Tabaluga von seinem Vater Tyrion und vielen Tieren, den Ameisen, den Delphinen, dem Feuersalamander, der weisen Schildkröte Nessaja und dem Baum des Lebens Ratschläge bekam, wie man erwachsen werden kann.

Nach der Aufführung bedankte sich der Elternbeirat bei den Erzieherinnen Heidi Kirschenlohr und Ioana Voinu sowie den Praktikantinnen Janka Lages und Luisa Haas für ihre gute und vertrauensvolle Arbeit.

Während die Eltern und Großeltern gemütlich beisammensaßen

und sich Kaffee, Kuchen, Bratwürste und Steaks schmecken ließen, vergnügten sich die Kinder mit Spielen im Garten.

Die Kinder hatten noch die Gelegenheit, sich von Luisa ihr Gesicht mit schönen Motiven bemalen zu lassen. Außerdem durfte die Edelsteinsuche im Sandkasten nicht fehlen.

Kurzum: Ein schöner Sommernachmittag mit einem tollen Fest.

Heidi Kirschenlohr





FEIERN

Sie mit der ganzen Welt!

Bitten Sie Ihre Gäste statt
Geschenke um Spenden
für die SOS-Kinderdörfer.
Danke!



2020/1

sos-kinderdoerfer.de



SOS
KINDERDÖRFER
WELTWEIT

Schulnachrichten



Grund- und Mittelschule Marktlegast

Alarm, Alarm!!!!



In der letzten Schulwoche war es wieder so weit: Feueralarm!!! Ziel dieser unangekündigten Übungen war es, das richtige Verhalten bei Bränden und anderen Gefahren zu trainieren. Alle Schülerinnen und Schüler wussten sofort, was zu tun war: Ruhe bewahren, Fenster schließen, geordnet hoch zum Sammelplatz

bei der Dreifachsporthalle laufen sowie alle Mann und Frau auf Vollständigkeit hin zu überprüfen und dies zu melden. Sogar die Feuerwehr Marktlegast probte für den Ernstfall mit. Sie kam mit zwei Einsatzfahrzeugen mit Tatütata und Blaulicht zum Einsatzort und erkundigte sich beim Sicherheitsbeauftragten Herrn Opel, ob alles nach Plan verlaufen ist. Die Kinder und Jugendlichen sahen gespannt zu, wie unser Schulhaus mit den Wasserstrahlen „gelöscht“ wurde. Es war eine gelungene Probe für den „Fall der Fälle“.

Tanja Herold



Andacht zum Abschied

Das Schuljahr wurde mit einer Andacht im unteren Pausenhof verabschiedet, die von der Religionspädagogin Frau Korzendorfer und den beiden Patres aus Marienweiher ausgestaltet wurde. Pfarrerin Hemme, die wie immer mit viel Herzblut den inhaltlichen Ablauf kreativ gestaltet hatte, konnte krankheitsbedingt leider nicht teilnehmen. Das Wort „Entschuldigung!“ stand im Mittelpunkt.

Aber nicht nur allein, dass es wichtig ist, sich für seine Fehler zu entschuldigen, sondern sie wieder gut zu machen, war Thema. Auch Gott macht manchmal Fehler.

Er zeigt uns im Regenbogen, dass er trotzdem weiterhin bei uns ist und wir auf ihn vertrauen dürfen. Pater Silvester und Pater Adrian spendeten den Teilnehmern anschließend den Segen Gottes, der alle auf ihren Wegen begleiten soll. Als sichtbares Zeichen, um daran erinnert zu werden, durfte jeder Teilnehmer einen Regenbogen-Stein mit nach Hause nehmen.

Für unsere vierte, fünfte und sechste Klasse war es nicht nur ein Abschied in die Ferien. Sie verlassen unsere Schule und strömen aus in andere Schulen, auch über den Landkreis hinaus.



Deshalb wurden sie, begleitet mit einem kräftigen Applaus, von allen Schülerinnen und Schülern verabschiedet.

Tanja Herold

Veranstaltungskalender Marktlegast

September

Samstag, 10.09.

Markt Marktlegast

Kram- und Wallfahrtsmarkt
(08.00 Uhr bis 17.00 Uhr)
im Ortskern von Marienweiher

Katholische Kirchengemeinde

Marienweiher-Marktlegast

19.00 Uhr Hochfest der Wallfahrt zum Fest Mariä Geburt; Hochamt in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher mit anschließender Lichterprozession

Sonntag, 11.09.

Fischereiverein „Zechteich“ e.V. Marienweiher

06.00 Uhr Kameradschaftsangeln am Zechteich Marienweiher, ab 05.00 Uhr Kartenverkauf an der Fischerhütte

Katholische Kuratie St. Josef Hohenberg

07.15 Uhr Wallfahrt in die Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Katholische Kuratie St. Josef Hohenberg

09.15 Uhr Wallfahrtsamt in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Freitag, 16.09.

1. FC Marktlegast 1927 e.V.

Sportheim-Kerwa
im Sportheim des 1. FC Marktlegast

Samstag, 17.09.

1. FC Marktlegast 1927 e.V.

Sportheim-Kerwa
im Sportheim des 1. FC Marktlegast

Sonntag, 18.09.

1. FC Marktlegast 1927 e.V.

Sportheim-Kerwa
im Sportheim des 1. FC Marktlegast

Katholische Kirchengemeinde

Marienweiher-Marktlegast

08.00 Uhr Festgottesdienst zum Patrozinium (14.09.2022) in der Kreuzerhöhungskirche Traindorf

Montag, 19.09.

Markt Marktlegast

18.15 Uhr Volkshochschulkurs „Muskelaufbautraining für einen gesunden Rücken“ in der Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Markt Marktlegast

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

Markt Marktlegast

20.15 Uhr Volkshochschulkurs „Body-Toning: Stepp Aerobic meets Bauch, Beine, Po“ in der Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Markt Marktlegast

19.00 Uhr Marktgemeinderatssitzung im Bürgersaal Marktlegast

Donnerstag, 22.09.

Markt Marktlegast

Kerwa in den Ortsteilen
Marktlegast und Mannsflur

Markt Marktlegast

14.00 Uhr Volkshochschulkurs „Senioren-Fitness I (70 – 80 Jahre)“ in der Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

Markt Marktlegast

15.15 Uhr Volkshochschulkurs „Senioren-Fitness II (50 – 70 Jahre)“ in der Schulturnhalle der Grund- und Mittelschule Marktlegast

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

Freitag, 23.09. - Herbstanfang

Markt Marktlegast

Kerwa in den Ortsteilen
Marktlegast und Mannsflur

Freiwillige Feuerwehr Marktlegast 1871 e.V.

Kerwa in der Feuerwehr: Schlachtschüsseessen im Feuerwehrhaus der Freiwilligen Feuerwehr Marktlegast

SV Mannsflur

18.00 Uhr Sportheim-Kerwa im Sportheim des SV Mannsflur

Samstag, 24.09.

Markt Marktlegast

Kerwa in den Ortsteilen
Marktlegast und Mannsflur

1. FC Marktlegast 1927 e.V.

Kerwa-Rumspielen in Marktlegast

Freiwillige Feuerwehr Marktlegast 1871 e.V.

Kerwa in der Feuerwehr: Krenfleisch, Schnitzel und Haxen im Feuerwehrhaus der Freiwilligen Feuerwehr Marktlegast

Sonntag, 25.09.

Markt Marktlegast

Kerwa in den Ortsteilen
Marktlegast und Mannsflur

Pilgerbüro Marienweiher

Oldtimerausfahrt mit dem Oldtimer-Stammtisch Kulmbach von Kulmbach zur Wallfahrtsbasilika Marienweiher mit Fahrzeugweihe

Katholische Kirchengemeinde

Marienweiher-Marktlegast

09.15 Uhr Festgottesdienst zum Kirchweihfest in der St. Bartholomäuskirche Marktlegast

Montag, 26.09.

Markt Marktlegast

Kerwa in den Ortsteilen
Marktlegast und Mannsflur

Oktober

Sonntag, 02.10.

Katholische Kirchengemeinde

Marienweiher-Marktlegast

Erntedankfest
in der St. Bartholomäuskirche Marktlegast und in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Katholische Kuratie St. Josef Hohenberg

09.00 Uhr Erntedankfest in der St. Josef Kirche Hohenberg

Montag, 03.10. - Tag der Deutschen Einheit

Katholische Kirchengemeinde

Marienweiher-Marktlegast

17.00 Uhr Feierstunde zum Tode des Hl. Franz von Assisi in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Donnerstag, 06.10.

Markt Marktlegast

Kerwa in den Ortsteilen
Marienweiher, Neuensorg und Hohenberg

Freitag, 07.10.

Markt Marktlegast

Kerwa in den Ortsteilen
Marienweiher, Neuensorg und Hohenberg

Samstag, 08.10.**Markt Marktkeugast**

Kerwa in den Ortsteilen
Marienweiher, Neuensorg und Hohenberg

Pilgerbüro Marienweiher

17.00 Uhr Konzert mit dem Kammerchor Hof
in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Sonntag, 09.10.**Markt Marktkeugast**

Kerwa in den Ortsteilen
Marienweiher, Neuensorg und Hohenberg

Katholische Kuratie St. Josef Hohenberg

09.00 Uhr Festgottesdienst zur Kirchweih
in der St. Josef Kirche Hohenberg

Katholische Kirchengemeinde**Marienweiher-Marktkeugast**

10.30 Uhr Festgottesdienst zum Kirchweihfest
in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Veranstaltungskalender Grafengehaig

September**Donnerstag, 08.09.****Markt Grafengehaig**

Kerwa in Grafengehaig und allen Ortsteilen

Freitag, 09.09.**Markt Grafengehaig**

Kerwa in Grafengehaig und allen Ortsteilen

SV Grafengehaig

Kerwa-Auftakt in der Gaststätte der Frankwaldhalle Grafengehaig

SG Gösmes-Walberngrün

18.00 Uhr Kerwa-Auftakt
im Sportheim der SG Gösmes-Walberngrün

Samstag, 10.09.**Markt Grafengehaig**

Kerwa in Grafengehaig und allen Ortsteilen

Sonntag, 11.09.**Markt Grafengehaig**

Kerwa in Grafengehaig und allen Ortsteilen

SV Grafengehaig

Mittagstisch zur Kerwa in der Gaststätte der Frankwaldhalle Grafengehaig

Evangelisch-lutherische Kirchengemeinde Grafengehaig

09.30 Uhr Festgottesdienst zur Kirchweih
in der Heilig-Geist-Kirche Grafengehaig

SG Gösmes-Walberngrün

11.00 Uhr Mittagstisch zur Kerwa
im Sportheim der SG Gösmes-Walberngrün

Evangelisch-lutherische Kirchengemeinde Grafengehaig

17.00 Uhr 34. Grafengehaiger Kirchenkonzert mit Dilian Kuschew in der Heilig-Geist-Kirche Grafengehaig

Montag, 12.09.**Markt Grafengehaig**

Kerwa in Grafengehaig und allen Ortsteilen

Freiwillige Feuerwehr Eppenreuth

17.30 Uhr Kerwa-Ausklang im und am Feuerwehrhaus der Freiwilligen Feuerwehr Eppenreuth

Samstag, 17.09.**Frankenwaldverein e.V.****Ortsgruppe Grafengehaig**

09.00 Uhr Ganztageswanderung Bergwerksbesichtigung mit Einkehr in Kupferberg;
Treffpunkt: Marktplatz Grafengehaig (Fahrgemeinschaften)

Mittwoch, 21.09.**Markt Grafengehaig**

19.00 Uhr Marktgemeinderatssitzung
im Dorfgemeinschaftshaus Grafengehaig

Oktober**Samstag, 01.10.****VdK Sozialverband Bayern - Ortsverband Grafengehaig**

14.30 Uhr Jahreshauptversammlung mit Ehrungen im Gasthaus Zeitler, Seifersreuth

Sonntag, 02.10.**Evangelisch-lutherische Kirchengemeinde Grafengehaig**

08.30 Uhr Festgottesdienst zum Erntedank in der Christuskapelle Gösmes
Evangelisch-lutherische Kirchengemeinde Grafengehaig

09.30 Uhr Festgottesdienst zum Erntedank in der Heilig-Geist-Kirche Grafengehaig

Montag, 03.10. - Tag der Deutschen Einheit**Frankenwaldverein e.V.****Ortsgruppe Grafengehaig**

10.00 Uhr Ganztageswanderung zum Tag der Deutschen Einheit mit der Ortsgruppe Tanna; Treffpunkt: Marktplatz Grafengehaig

Private Kleinanzeigen

Anzeige online buchen: anzeigen.wittich.de

Suche Handwagen, Wannen, Wagenräder, Holzleitern, Zinn, Orden, Schmuck, Münzen, Weinballon. Tel. 09547/1606

Mit einer Kleinanzeige

zu Ihrem Glück.

anzeigen.wittich.de

Anzeigenservice wird bei uns
ganz **GROSS** geschrieben!

Es ist genug für alle da

Wir helfen, die Landwirtschaft zukunftsfähig zu machen.
Ihr Engagement hilft.



Foto: Ch. Krackhardt

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

Postbank Köln 500 500 500 BLZ 370 100 50

Vereinsleben Marktlegast

Bergen, Löschen & Retten



Freiwillige Feuerwehr Marktlegast 1871 e.V.

Abschluss MTA Basismodul

Am Donnerstag den 28. Juli, konnten 17 Feuerwehrdienstleistende aus den Feuerwehren Langenstadt, Brücklein, Pechgraben, Stadtsteinach und Marktlegast ihr Basismodul der Modularen Truppausbildung abschließen.

Die Ausbildung begann am 3. Mai diesen Jahres und umfasste 111 Unterrichtseinheiten zu je 45 Minuten und beinhaltet unter anderem die Qualifikation zum Sprechfunker.

Auf die Kameradinnen und Kameraden wartet nun das Modul Ausbildungs- und Übungsdienst sowie diverse Ergänzungsmodule an ihren Standorten.

Die Modulare Truppausbildung endet nach spätestens zwei Jahren mit der Qualifikation zum Truppführer und berechtigt unter anderem zu weiteren Lehrgängen, z.B. an den staatlichen Feuerweherschulen.

Wir bedanken uns bei allen Teilnehmern für ihr ehrenamtliches Engagement und ganz besonders bei unseren Marktlegaster Kameradinnen und Kameraden Sarah Meyer, Marie Konrad, Laura Schade, Benedikt Schott, Milan Rödel, Lukas Christenn, Timo Strobel, Fabian Hofmann und Johannes Döring.

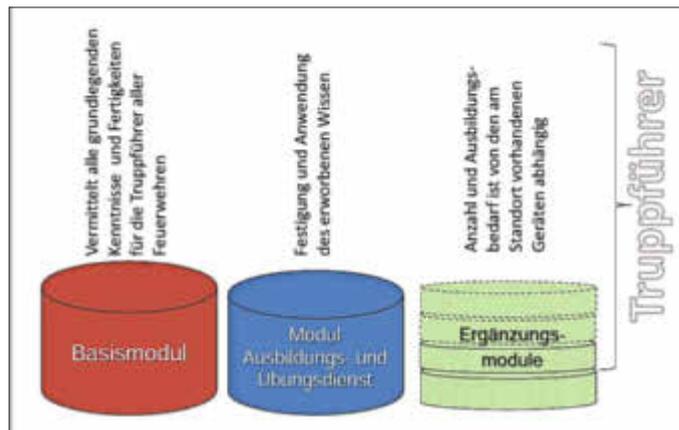
Ein besonderer Dank geht an unseren Kameraden und Landkreisausbilder Kreisbrandmeister Marco Rödel und an alle Kameradinnen und Kameraden, die ihn während der Ausbildung kompetent unterstützten.

Unser Bürgermeister Franz Uome ließ es sich nicht nehmen, die Teilnehmer persönlich zu beglückwünschen und zeigte sich sichtlich stolz.

Vertreter der Kreisbrandinspektion, mit Kreisbrandrat Stefan Härtlein an der Spitze, bedankten sich ebenfalls bei allen Teilnehmern für die erbrachte Leistung.

Die Feuerwehr Marktlegast wünscht allen Kameradinnen und Kameraden alles Gute und weiterhin viel Erfolg bei ihrer Feuerwehr-Karriere.

Stefan Mähringer



Natur & mehr



Frankenwaldverein e.V. - Ortsgruppe Marktlegast

Rundwanderung der Ortsgruppe Marktlegast des Frankenwaldvereines

Als ich für das Mitteilungsblatt - Ausgabe April 2020 - über unsere Wanderung zum Förmitzspeicher schrieb, da hätte ich - und wir alle - uns nicht träumen lassen, dass sich danach so eine lange „Corona-Durststrecke“ anschließt und unser ganzes Leben auf den Kopf stellt. Dieses Virus wird uns wohl noch lange Zeit begleiten, doch die Lust zum Wandern hat nun alle wieder gepackt.



Nun zu unserer Wanderung, sie begann an der Gaststätte „zur Burgruine“ in Oppenroth und tangierte natürlich gleich am Anfang die Burgruine Uprode, auch Schloss Uprode genannt. Sie befindet sich oberhalb des kleinen Dorfes Oppenroth, das nach Weißdorf im Landkreis Hof eingemeindet ist. Die Höhenburg wurde um 1320 von den Rittern von Sparneck zur Sicherung ihres Stammlandes erbaut. Diese verkauften sie später an die Burggrafen von Nürnberg. Nach einer weiteren „Verkaufsoдыsee“ an die Familien Kotzau, Reitzenstein, Blasenberger erhielten die Sparnecker 1494 ihre Burg wieder zurück. Ihr jähes Ende fand sie jedoch 1523 durch den schwäbischen Bund. Seit ihrer Zerstörung blieb sie eine Ruine. Es sind Mauerreste, Fundamente und Grabanlagen sichtbar. Auch verstreute Teile des gesprengten Turmes sind noch gut zu erkennen. Über Bug, Wulmersreuth, Sommerhut ging es zurück nach Oppenroth.

Eine wunderschöne Rundwanderung. Die Wanderfreunde sind wieder glücklich, das Essen war gut und organisiert hatte das alles Volker Czapinski. Vielen Dank Volker.

Eure Brigitte

Sport & Bewegung

1. FC 1950 Hohenberg

DFB-Uhr für Manfred Ott vom FC Hohenberg



Ehre wem Ehre gebührt. Unter diesem Motto lud der bayerische Fußballverband im Kreis Hof/Tirschenreuth/Wunsiedel verdiente ehrenamtliche Helfer aus den Vereinen ins Gasthaus Gebhardt nach Ahornberg ein.

Pandemiebedingt konnten die Ehrungen für das Jahr 2020 und 2021 erst jetzt durchgeführt werden. In seinem Grußwort summierte der Bezirksvorsitzende Thomas Unger die geleistete Arbeit noch einmal grob auf:

17 Preisträger waren anwesend, jeder von ihnen war viele Jahre für den jeweiligen Verein ehrenamtlich tätig. So kommen schnell mehrere Tausend Stunden ehrenamtliche Arbeit zusammen. Der DFB ehrt solch verdiente Mitglieder mit der DFB-Uhr, dem so genannten Lebensoscar. Die Uhr samt Urkunde sowie einem kleinen Geschenk überreichte Thomas Unger gemeinsam mit dem Bezirks-Ehrenamtsreferenten Andreas Vogler. Auch Manfred Ott vom 1. FC Hohenberg wurde mit der DFB-Uhr, einer Urkunde und einem Geschenk ausgezeichnet. Ein gemeinsames Abendessen rundete den Abend geschmackvoll ab.

Manfred Ott

Schachklub Marktlegast

Meisterschafts- und Aufstiegsfeier des Schachklubs Marktlegast

Der Schachklub Marktlegast hat in der schwierigen Corona-Saison 2021/2022 souverän die Meisterschaft der B-Klasse des Schachkreises Hof-Bayreuth-Kulmbach gewonnen und steigt wieder in die A-Klasse auf. Mit 10:2 Mannschaftspunkten bei zwei Remisen und 24,5:11,5 Brettunkten konnte der Schachklub Marktlegast die Mitbewerber um den ersten Platz, den PTSV-SK Hof 1892 3 und ATSV Oberkotzau 2, hinter sich lassen.

Für den kleinen Schachklub aus dem Frankenwald ist dies ein Riesenerfolg, den er mit einer kleinen Aufstiegsfeier feierte. Vorsitzender Oswald Purucker begrüßte die zahlreich erschienenen Schachfreunde mit ihren Ehefrauen und ganz besonders den Vertreter der Marktgemeinde Marktlegast, Bürgermeister Franz Uome. Purucker dankte allen, die zum Erfolg beigetragen haben und freute sich über den sofortigen Wiederaufstieg trotz der widrigen Bedingungen der Corona-Pandemie.

Spielleiter Heinz Laubenzeltner hob besonders das harmonische Miteinander und die Kameradschaft der Spieler hervor und dankten auch den Ehefrauen, dass sie das zeitintensive Hobby ihrer Männer unterstützen. Wenn alle zusammenhalten, könne die Mannschaft in der nächsten Saison wieder vorne mitspielen.

Bürgermeister Franz Uome nannte den Schachklub Marktlegast einen „kleinen, aber feinen Verein“ und gratulierte im Namen der Marktgemeinde. In diesem Zusammenhang übergab er an den Vorsitzenden Oswald Purucker ein Geldgeschenk zur Unterstützung der guten Jugendarbeit.

Oswald Purucker



Die Meister des Schachklubs Marktlegast mit Bürgermeister Franz Uome.



SV Marienweiher

Jahreshauptversammlung des SV Marienweiher e.V.

Am Freitag, den 22.07.2022, fand im Sportheim die diesjährige Jahreshauptversammlung des Sportvereins Marienweiher e.V. statt. In den Jahren 2020 und 2021 fiel die Versammlung Corona zum Opfer. Erster Vorsitzender Dennis Lauterbach konnte leider nur knapp 30 der 257 Mitglieder begrüßen. Zu Beginn gedachte man den verstorbenen Mitgliedern und Ehrenmitgliedern, von denen man sich im vergangenen Jahr leider für immer verabschieden musste.

In seinem Rechenschaftsbericht berichtete Lauterbach über die zahlreichen Anschaffungen und Renovierungsarbeiten, die in den letzten Jahren getätigt wurden, z. B. neuer Rasenmähertraktor, Dachsanierung, Dachbodenausbau, neue Treppe und zuletzt die Kanalsanierung. Er dankte den zahlreichen Helfern, die tatkräftig bei diesen Projekten mit anpackten. Corona-bedingt konnten viele Events (Klosterspitzen, Christbaumverlosung, Kopffleischessen, Bratwurstgipfel etc.) nicht stattfinden und auch das Sportheim konnte längere Zeit nicht öffnen, was natürlich ein tiefes Loch in die Vereinskasse riss, da Fixkosten und andere Verpflichtungen weiter zu bezahlen waren.

Hier galt der besondere Dank Lauterbachs unseren treuen Mitgliedern, die durch Spenden, einen substanziellen Teil zur Überbrückung beisteuerten. Bedauerlich fand Lauterbach, dass wegen Corona oder anderen Gründen wenige Mitglieder und Spieler ihren Bezug zum Verein verloren haben und wünschte sich in diesem Zusammenhang wieder mehr Engagement bei Arbeitseinsätzen und Sportheimbesuchen aller SVler.

Mit einem Lächeln wies Lauterbach aber auch darauf hin, dass auch Mitglieder „gewonnen“ werden konnten (gemeint waren Mats Lauterbach, Theo Biener und Finn Müller). Lauterbach appelliert zum Schluss an den Zusammenhalt der Mitglieder zum Wohle des Vereins, auch bei den weiterhin notwendigen Renovierungsmaßnahmen.

Anschließend folgte die Verlesung des Protokolls der letzten Jahreshauptversammlung durch Schriftführer Daniel Laubenzeltner, gegen das keine Einwände bestand.

Sportlicher Leiter Johannes Schott berichtete über die sportlichen Erfolge in der Saison 2021/2022. Die Vorsaison 2019/2021 wurde wegen Corona abgebrochen. In der abgelaufenen Saison konnte die zweite Mannschaft der SG Oberland die vielumjubelte Meisterschaft in der Reservrunde feiern. Die erste Mannschaft schafft mit einer extrem jungen Mannschaft letztendlich souverän den Klassenerhalt in der Kreisklasse Kulmbach. Sein Dank galt insbesondere den Trainern Martin Dörfler und Luan Vanderlei, den Verantwortlichen der SG-Partner aus Hohenberg und Marktlegast sowie den sportlichen Leitern Roland Groß (FC Marktlegast) und Mathias Röder (FC Hohenberg) für die reibungslose und konstruktive Zusammenarbeit. Außerdem galt sein Dank allen Spielern, die aufopferungsvoll Woche für Woche für die SG Oberland im Einsatz sind.

Der anschließende Kassenbericht von Siegfried Kempf zeigte geordnete finanzielle Verhältnisse auf. Kempfs Dank galt außerdem Andrea Strobl und Berthold Städtler für die Unterstützung bei der Buchhaltung/Steuerwesen. Die Kassenprüfer Friedbert Hofmann und Jörg Kempf bescheinigten eine gewissenhaft und einwandfreie Kassenführung.

Im Anschluss fanden die Neuwahlen statt und brachten folgende, einstimmige Ergebnisse:

Erster Vorsitzender:	Dennis Lauterbach
Zweiter Vorsitzender:	Siegfried Kempf
Kassier:	Berthold Städtler
Kassenprüfer:	Jörg Kempf und Friedbert Hofmann
Schriftführer:	Daniel Laubenzeltner
Ältestenrat:	Hans-Jürgen Zimmermann, Friedbert Kolb, Friedbert Hofmann

Ehrenamts- Daniel Laubenzeltner
 beauftragter:
 Sportliches: Johannes Schott
 Homepage: Christopher Schott

Auch der Ausschuss wurde teilweise neu besetzt. Hier engagieren sich Raimund Popp, Björn Gottzky, Klaus Hüller, Thomas Kolb, Karin und Frank Gundlach, Norbert Volk, Roland Strobl, Wolfgang Korzendorfer, Albin Städtler, Heiko Müller, Sebastian Biener und Benjamin Klier zukünftig mit im Führungsgremium. Lauterbach dankte den scheidenden Mitgliedern in Ausschuss und Vorstandschaft für ihr Engagement und bedankte sich zudem für das ausgesprochene Vertrauen in die neu zusammengesetzte Führungsmannschaft.

Im Anschluss wurden noch diverse Wünsche und Ankündigung behandelt. Demnächst geht es wieder los mit den SV Events (Bierfest, Bratwurstgipfel, Burger-Essen, Kerwa, Kopffleisch). Auch ein Vereinsausflug im nächsten Jahr nach Wickede wurde wieder ins Auge gefasst.

Zum Abschluss der Versammlung wurde, angestimmt von Ehrenmitglied Friedbert Kolb, das traditionelle Vereinslied mit voller Inbrunst gesungen und anschließend die Versammlung von Lauterbach für beendet erklärt.

Johannes Schott



Vorstandschaft und Ausschussmitglieder des SV Marienweiher e.V.



OINK OINK !!!



Erstes

Kopffleisch-Essen

in dieser Saison

am Samstag, den 1. Oktober,

ab 18.00 Uhr

Spezialitäten vom Buffet:

Frisches Kopffleisch,

saure Nieren und

ingeschnittenen Backsteinkäse

Essen so viel du willst !!!

Wo : im Sportheim des SV Marienweiher

Auf Ihr Kommen freut sich

der SV Marienweiher e.V.



Sportheim-Kerwa



in Marienweiher

Samstag, 8. Oktober 2022

ab 09.00 Uhr Kerwa-Rumspielen in Marienweiher

ab 18.00 Uhr Kerwa-Buffet im Sportheim

Rippchen, Steaks und Bratwürste vom Grill

sowie verschiedene Salate

8,50 € pro Person

Um Reservierung wird gebeten -

auch Straßenverkauf!

Sonntag, 9. Oktober 2022

Heimspiel mit Kaffee, Kuchen und Bratwürsten vom Grill

13.00 Uhr SG Oberland 2 – SG Rugendorf/Losau 3

15.00 Uhr SG Oberland 1 – SG Rugendorf/Losau 1

nach dem Spiel – Kerwa-Ausklang im Sportheim

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

Vereinsleben Grafengehaig

Natur & mehr



Frankenwaldverein e.V. - Ortsgruppe Grafengehaig

Festveranstaltung mit Ehrungen anlässlich unseres 75. Geburtstages

Liebe Heimat- und Wanderfreunde,
Liebe Grafengehaiger,

leider ist es uns nicht gelungen, zeitnah einen ausführlichen Bericht zu unserer Festveranstaltung mit Ehrungen anlässlich unseres 75. Geburtstages und dem 30. Jubiläum der Patenschaft mit Tanna zu verfassen.

Corona-Erkrankungen und andere Probleme haben uns ungewollt ausgebremst. Der Bericht soll schließlich eine gute und ausführliche Qualität haben, weshalb wir diesen erst in der Oktober-Ausgabe veröffentlichen werden.

Wir bitten alle Geehrten, Gäste und die vielen fleißigen Hände um Entschuldigung und Verständnis.

Frischauf
Vorstand



Frankenwaldverein e.V. Ortsgruppe Grafengehaig im Naturpark Frankenwald

Wirtshaussingen zur Grafengehaiger Kerwa

Liebe Heimat- und Wanderfreunde,

im Rahmen unserer Kerwa wird
durch den SV Grafengehaig

am Freitag, den 9. September 2022,

um 19.30 Uhr, wieder ein Wirtshaussingen mit
den Langenbacher Volksmusikanten
im Sportheim Grafengehaig durchgeführt.

Zuvor sorgt bereits das Fußballspiel zwischen
KC Grafengehaig – Lok Eppenreuth für Unterhaltung.

Alle interessierten und sangesfreudigen Heimat- und
Wanderfreunde sind recht herzlich eingeladen.

Zur Tisch- oder Platzreservierung bitte vorab
unter Telefon 09255/ 7422 oder direkt bei
Silke Kemnitzer, Telefon 0170 4804364, anmelden.

Wir freuen uns auf breites Interesse!

Frischauf
Vorstand



Obst- und Gartenbauverein Gösmes-Walberngrün

Jahreshauptversammlung des Obst- und Gartenbauvereines Gösmes-Walberngrün

Bei der Jahreshauptversammlung des Obst- und Gartenbauvereines Gösmes-Walberngrün wurden wieder besondere Gärten mit der Tonmodell des Landkreises Kulmbach ausgezeichnet. Vorsitzende Bianca Göbel wusste wieder mit einer in Reimform und Mundart getexteten Laudatio zu überzeugen und brachte die Schönheit des von Jürgen und Michaela Feulner aus Walberngrün gepflegten Gartens zum Ausdruck:

Vor 22 Joh homm sa kaaft des Haus,

Lang wors leer gschdandn und hot interessant kaaner Laus.

Doch die wollten sich a Paradies in Walberngrün erschaffen,

Und ball is a Schmuckstück draus worn,

dass die Leut na su gaffn.

Denn Bumm homm sa ze mir neina kinnergaddn gschdeggd,

Des malah, groud auf der Welt derham a weng kedschd.

Dann is lus ganga mitm renoviern,

Der Garten, die Fassaden, die Fenster die Türn.

Und jetz is des Grundstückla a Pracht,

Die homm scho werglich neigebracht.

Im Frühling summts und brummts

na bluus su om Kastoniabaam,

Des is a Pracht, des könnt er mir glaam.

Biena, allerlei insekten und Hummeln,

sich in denna zwaa bBaamer sich drinna dummeln.

Und im Summer in derra Hitz,

Untern Baam sicherlich kaaner schwitzt.

Bluma und Kräuter wern gezücht im Gewächshaus,

Und Paprika, Chili und Zitrona schaua fe inna raus.

Selber gemacht wedd Soft und Marmelad,

denna is ka Ärbert ze schad.

Am Stängel ranken die Tomaten nauf,

Ob rund, gelb, rot, odder blau, es gibbt sa ze zuhauf.

Kräuter und Gemüs gibt's in Hülle und Fülle,

wern gedungt mit eigner Gülle.

Die Rengfässer senn leider seit Wochen leer,

Des Giesskanna schleppen fällt scho schwer.

Doch nun endlich nach Wochen der Trockenheit,

hots gestern moll widder gerengt, obber gscheit.

Obber aans, des muss ich euch soung,

des is werglich sensationell.

Der Besitzer is ja bekannt für seine Fledermaus und Vogelliebe
und is immer zer Stell.

Unterm Dach dou is a Wochenstuum,

Dou tummeln sich hunderte Fledermäus rum.

Und wenn mer ze Nocht des Doch su bedrocht,

Flieng sa aus, ja lautlos und ganz socht.

Naja und für die Vogelliebe isser ja aa ganz bekannt,

Unser Ornithologe im Kulmbocher Oberland.

Die Nistkästen am Stoddl und Baamer senn immer belegtt,

und des Futter na Vögelna aa lecker schmeckt.

Die Hummeln homm zemm Nisten griggt an Kasten,

Dou könn sa für Nachwuchs sorgng und ungestört rasten.

Des Insektenhotel is gut besucht

Und die Zauneidechs fe de Staa rausluugt.

Der Backofen im Gaddn zaubert Pizza und Brot,

relaxen kommer auf lauschicha Sitzplätz und genießen das
Abendrot.

Die Schlanga und Eidechsen wärma sich in der Staamauerritzn,
Und auf der Terrassen kommer gemütlich sitzen.

Farbanzeigen fallen auf!

Lassen Sie sich von uns beraten: 09191/7232-0

Witwenbluma, Mohn, Stockrosen, Schmetterlingsflieder,
kumma alla Joh in Massen wieder.
Rosen, Sonnenhut, Lavendel, Fingerhut
tut na Insekten werglich gut.
Der Stoddl is mit Efeu berankt,
Die Amsel ko drinna nisten und sich mit Gesang bedankt.
Und wenn dann die Arbeit im Garten ist getan,
getts ons Süssdolden Schnaps brenna ran.
Ja, wisst ihr denn welchen Garten ich mahn?
Fe an Walberngrüner, ihr hobbs sicher scho geahnt.
22 joh senn sa jetzt scho hier,
Liebe Michaela und Jürgen, die Tonmodel ghört dir.
Werner Burger



Unser Bild zeigt bei der Übergabe der Tonmodel des Landkreises (von links) Vorsitzende Bianca Göbel, Kreisvorsitzenden Günter Reif, Michaela und Jürgen Feulner sowie Bürgermeister Werner Burger.

Vereinsleben in der Region

Die neuen Waldbrand- und Hochwasserbekämpfer

Kinderaugen strahlen am Tag der offenen Tür auf die hochglanzpolierten Wagen der Feuerwehr. Einmal mit einem Schlauch in die Fenster eines kleinen Übungshauses zu spritzen, bis irgendwo ein Licht angeht. Einmal mit der Drehleiter fahren und über die Dächer der Stadt schauen. Das hat doch als Kind jeder erlebt. Und eh man sich versieht, sitzt man in einem Unterrichtsraum, abends, nach einem langen Arbeitstag und hört sich an, wie Feuerwehr wirklich funktioniert. Knoten müssen geübt, Schläuche gerollt oder der Lichtmast ordnungsgemäß aufgebaut werden. Gefahrgut, Elektromobilität und alternative Antriebe, retten und löschen. Alles muss in die Köpfe derer, die es sich zum Ziel gesetzt haben, ausgebildete Feuerwehrmänner oder Feuerwehrfrauen zu werden. 17 Männer und Frauen stellten sich diesen Aufgaben und nahmen vom 03.05.22 bis zum 28.07.22 in insgesamt 111 Unterrichtseinheiten an der Modularen Truppausbildung im Feuerwehrgerätehaus der Feuerwehr Marktlegast teil. „Bereits bei der praktischen Prüfung am vergangenen Dienstag“, berichtet der Kreisbrandinspektor für die Ausbildungsinspektion Manuel Steinl, „waren die Ausbilder überrascht, wie flott und folgerichtig die passenden Antworten kamen und wie gut im Trupp gearbeitet wurde.“ Er ging in seinem Grußwort auch darauf ein, dass durch die an die Feuerwehr stetig steigenden Aufgaben, auch die Anforderungen an das Personal wachsen und Ausbildung deswegen das A und O ist. Auch Kreisbrandrat Stefan Härtlein, der nach Marktlegast gekommen war, stellt die Wichtigkeit dieser hochwertigen Landkreisausbildung in

den Mittelpunkt seines Grußwortes und dankte dabei allen Ausbildern und der Gemeinde. Und auch aus dem Nähkästchen konnte Härtlein plaudern, denn: „Gemeinsame Ausbildung schweißt zusammen. So gibt es aus Grundlehrgängen die vor Jahrzehnten gelaufen sind, noch heute im ganzen Landkreis existierende Freundschaften“. Eine Kerbe, in die der zuständige Kreisbrandinspektor Yves Wächter gern mit einschlug: „Feuerwehrmann, Feuerwehrfrau wird man mit viel Herzblut. Nicht auf den Dank bedacht, sondern mit einer inneren Motivation zu helfen. Ihr seid die Waldbrand- und Hochwasserbekämpfer von morgen. Ihr habt Euch allen Widrigkeiten gestellt, seid nach der Arbeit hierhergefahren und habt in vielen Unterrichtsstunden Wissen aufgesaugt und zur Prüfung abgerufen.“ Und dann war es auch soweit. Den Lohn für die geleistete Arbeit gab es aus den Händen des Kreisausbilders Marco Rödel, der den Feuerwehr-Azubis die Urkunden zum bestandenen Lehrgang aushändigte. „17 Feuerwehrler aus den Wehren Langenstadt, Brücklein, Pechgraben, Marktlegast und Stadtsteinach haben sich der Ausbildung gestellt, 17 haben bestanden“, beglückwünschte Rödel seine Lehrgangsteilnehmer. Auch Bürgermeister Franz Uome, der stellvertretend für alle Bürgermeister die Glückwünsche überbrachte, stellt stolz fest, „Wenn man sieht, mit welchem Elan und Engagement von den Feuerwehren gehandelt wird, wird mir um den Brandschutz nicht bange. All das braucht gute, fundierte Ausbildung. Ich möchte Kreisbrandmeister Marco Rödel und seinem Ausbilderteam sehr herzlich für die geleistete Arbeit danken“ und übergab Marco Rödel ein kleines Präsent als Zeichen der Wertschätzung. Nun kann es losgehen, Die Wehrmänner und -frauen haben jetzt das Handwerkszeug, um im Feuerwehralltag in ihren Wehren zu bestehen. Die Ausbildungsinspektion wünscht viel Erfolg!

Kreisbrandinspektor Yves Wächter



Unser Bild zeigt die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Modularen Truppausbildung nach bestandener Prüfung zusammen mit Kreisbrandinspektor Yves Wächter (2. Reihe, 1. von links), Kreisbrandrat Stefan Härtlein (2. Reihe, 5. von rechts), Kreisbrandmeister Marco Rödel (1. Reihe, 3. von rechts), Kreisbrandinspektor Manuel Steinl (1. Reihe, 2. von rechts) und Erster Bürgermeister Franz Uome (1. Reihe, 1. von rechts).

Weitere Mitteilungen und Informationen

Seid ein Teil der Interkulturellen Woche 2022 vom 24. September bis 2. Oktober im Landkreis Kulmbach

2022 findet wieder bundesweit die Interkulturelle Woche statt. Auch im Landkreis Kulmbach hat die Aktionswoche schon Tradition und auch in diesem Jahr wird es ein besonders abwechslungsreiches und vielfältiges Programm geben.

Über 20 lokale Organisationen waren unter der Federführung des Landkreises Kulmbach an den Vorbereitungen beteiligt und laden herzlich ein, das breite Angebot an spannenden und vielfältigen Veranstaltungen rege zu nutzen. Anmeldungen sind ab sofort über die eigens eingerichtete IKW-Homepage unter www.ikw.landkreis-kulmbach.de möglich.

Das Motto der Interkulturellen Woche 2022 #offengeht ist die Ermutigung, für die Grundwerte unserer Gesellschaft einzutreten. Die Vielfaltsgesellschaft ist eine Erfolgsgeschichte. Deutschland hat sich als Zuwanderungsland positiv verändert und entwickelt. Das, was für uns heute völlig normal und selbstverständlich ist, können wir feiern.

Integrationslotsin Souzan Nicholson freut sich sehr, dass es in diesem Jahr wieder so viele unterschiedliche Veranstaltungen für alle Altersgruppen und Interessen angeboten werden

können. „Die Besucherinnen und Besucher der IKW 2022 können mit uns interaktiv kochen, sprechen, Fragen an unsere erfahrenen Referenten stellen, oder vielleicht auch nur passiv zuhören oder zuschauen, um verschiedene Themenreihen kostenlos im Bereich Interkulturalität kennenzulernen“.



Integrationslotsin
Souzan Nicholson

Ob in dem Themenbereich Religion, Politik, Kultur, Kulinarik, Vielfalt, Bildung oder Film & Kunst – der lokale Arbeitskreis hat hart daran gearbeitet, um allen eine spannende Woche zu bieten.

„Es ist einfach toll, was der Arbeitskreis geleistet hat und mein großer Dank gilt dem gesamten IKW-Team. Ebenso natürlich allen Förderern der Aktionswoche, die großzügige finanzielle Unterstützungen zugesagt haben. Das versetzt uns in die Lage, alle Veranstaltungen kostenfrei anzubieten. Ich lade Euch alle herzlich ein, beim Programm der IKW 2022 teilzunehmen“, so Souzan Nicholson voller Vorfreude.

Landratsamt Kulmbach

Viele Veranstaltungen zu spannenden Themen!

Bildung

Kulinarik

Kultur

Podcast

Politik

Vielfalt

Religion

Jetzt anmelden und Veranstaltung buchen!

LANDKREIS KULMBACH



LW-FLYERDRUCK.DE

Ihre Onlinedruckerei von LINUS WITTICH Medien

Bundesstraße 289, Teilstrecke „Kulmbach - Münchberg“

Fahrbahnerneuerung zwischen Ludwigschorgast und Kupferberg

Ab Montag, den 05.09.2022, 07.00 Uhr, starten die Straßenbauarbeiten für die Erneuerung der Bundesstraße 289. Die Sanierungsstrecke beginnt an der Einmündung der B 303 bei Ludwigschorgast und endet in Kupferberg.

Zu Beginn der Straßenbauarbeiten werden Vorarbeiten an den Entwässerungseinrichtungen vorgenommen. Diese Arbeiten werden in den ersten beiden Wochen punktuell stattfinden. Die Straße wird hierzu halbseitig gesperrt und der Verkehr mit einer Baustellenampel geregelt. Für die Fräs- und Asphaltierungsarbeiten ist es zwingend erforderlich die Bundesstraße 289 für den Gesamtverkehr vollzusperrn. **Die Vollsperrung beginnt am Montag, den 19.09.2022, und wird voraussichtlich bis zum 15.10.2022 andauern.** Hierzu ergeht noch eine gesonderte Pressemitteilung.

Mit Beginn der Vollsperrung wird der Verkehr von Münchberg kommend ab Marktlegast über die St 2158 – Neuensorg – KU 13 – Guttenberg – B 303 - Untersteinach umgeleitet. Aus der Gegenrichtung wird der Verkehr entsprechend entgegengesetzt umgeleitet. Der Verkehr und Anliegerverkehr zum Steinbruch wird während der gesamten Bauzeit immer von einer Seite aus möglich sein.

In der Fahrbahndecke haben sich aufgrund ihres Alters Risse, Spurrinnen und Unebenheiten gebildet, welche eine Sanierung unumgänglich machen. Die notwendigen Arbeiten werden von der Firma Markgraf aus Bayreuth ausgeführt.

Für die während der Bauzeit auftretenden unvermeidlichen Verkehrsbehinderungen bittet das Staatliche Bauamt Bayreuth um Verständnis.

Weitere Informationen unter www.bayerninfo.de.

Staatliches Bauamt Bayreuth

Sommerferien in Bayern

Halbzeitbilanz für Blutspende

Der positive Trend beim Blutspenden hält erfreulicherweise auch in den ersten Wochen der Sommerferien im Freistaat weiter an. Der Blutspendedienst des Bayerischen Roten Kreuzes (BSD) blickt zufrieden auf die Auslastung der angebotenen Termine.

Jetzt muss es unbedingt gelingen, die rund um den Weltblutspendetag entfachte Aufmerksamkeit sowie Hilfsbereitschaft der Menschen in und durch den September zu tragen. Auch für diesen Monat bietet der BSD wieder hunderte Terminoptionen, betroffenen Menschen mit einer Blutspende das Leben zu retten. Nur durch kontinuierliches Engagement kann eine lückenlose Versorgung weiter gewährleistet werden. Der BSD bedankt sich an dieser Stelle erneut bei Blutspende-Botschafter Leon Goretzka für das unterstreichen seiner wichtigen Botschaft rund um das vergangene Heimspiel des FC Bayern München.

Nach Aufenthalt in bestimmten Regionen weltweit bestehen aufgrund verschiedener Infektionsrisiken (beispielsweise Malaria oder Dengue-Virus) Wartezeiten bis zur nächsten Blutspende.

Um diesbezüglich Klarheit zu schaffen und die Terminfindung zu erleichtern, bietet der BSD auf seiner Webseite Spendewilligen einen Reisecheck. Unter www.blutspendedienst.com/reisecheck wird nach Angabe von Reiseziel und -zeitraum das nächstmögliche Spendedatum angezeigt.

Spenderinnen und Spender können nach einer durchgemachten Corona-Infektion 2 Wochen nach Genesung wieder zur Spende zugelassen werden. Alle diesbezüglichen Informationen und aktuellen Regelungen sind hier zusammengefasst: www.blutspendedienst.com/coronavirus.

Alle Termine sowie eventuelle Änderungen, aktuelle Maßnahmen und Informationen rund um das Thema Blutspende in Zeiten von Corona sind unter Telefon 0800/ 11 949 11 zwischen 08.00 Uhr und 17.00 Uhr oder unter www.blutspendedienst.com tagesaktuell abrufbar. Facebook & Instagram: @blutspendebayern.

Hintergrundinformationen über die Blutspende

Wer Blut spenden kann:

Blut spenden kann jeder gesunde Mensch ab dem 18. Geburtstag bis einen Tag vor dem 73. Geburtstag. Erstspender können bis zum Alter von 64 Jahren Blut spenden. Das maximale Spenderalter für Mehrfachspender ist ein Alter von 72 Jahren (d.h. bis einen Tag vor dem 73. Geburtstag). Bei Mehrfachspendern über 68 Jahren und bei Erstspendern über 60 Jahren erfolgt die Zulassung nach individueller ärztlicher Beurteilung. Frauen können viermal, Männer sechsmal innerhalb von zwölf Monaten Blut spenden.

Zwischen zwei Blutspenden muss ein Mindestabstand von 56 Tagen liegen. Zur Blutspende mitzubringen ist unbedingt ein amtlicher Lichtbildausweis wie Personalausweis, Reisepass oder Führerschein (jeweils das Original) und der Blutspendeausweis. Bei Erstspendern genügt ein amtlicher Lichtbildausweis. **Spendewillige mit grippalen oder Erkältungs-Symptomen und Menschen mit direktem Kontakt zu Coronavirus(SARS-CoV-2)-Erkrankten werden nicht zur Spende zugelassen. Auf allen angebotenen Terminen besteht eine unumgängliche Pflicht zum Tragen eines medizinischen Mund-Nasen-Schutzes (mindestens OP-Maske).**

Eine Blutspende ist generell vor und nach einer (Booster-) Impfung gegen SARS-CoV-2 problemlos möglich. Bei allen derzeit in Deutschland eingesetzten Impfstoffen ist laut Paul-Ehrlich-Institut grundsätzlich keine Rückstellung bis zur nächsten Blutspende erforderlich. Wir empfehlen allerdings rein vorsorglich, nach der Impfung einen Tag bis zur Blutspende zu warten, um eventuell auftretende Nebenwirkungen abgrenzen zu können.

Darum ist Blutspenden beim BRK so wichtig:

Allein in Bayern werden täglich etwa 2.000 Blutkonserven benötigt. Mit einer Blutspende kann bis zu drei kranken oder verletzten Menschen geholfen werden. Eine Blutspende ist Hilfe, die ankommt und schwerstkranken Patienten eine Überlebenschance gibt.

Der Blutspendedienst des BRK (BSD):

Der BSD wurde 1953 vom Bayerischen Roten Kreuz mit dem Auftrag gegründet, die Versorgung mit Blutprodukten in Bayern sicherzustellen. Er trägt die Rechtsform einer gemeinnützigen GmbH. Als modernes pharmazeutisches Unternehmen ist der BSD heute ein aktiver Partner im bayerischen Gesundheitswesen. Mit seinen ca. 670 engagierten Mitarbeitern sowie zusätzlich mehr als 230 freiberuflich tätigen Spendärzten und ca. 10.500 ehrenamtlichen Helfern aus 72 Kreisverbänden des BRK organisiert der BSD jährlich ungefähr 4.000 mobile und 1.100 stationäre Blutspendetermine.

Spenderservice:

Alle Blutspendetermine und weiterführende Informationen für Spender und an der Blutspende Interessierte, beispielsweise zum kostenlosen Gesundheitscheck, sind unter der kostenlosen Hotline des Blutspendedienstes Telefon 0800/ 11 949 11 zwischen 08.00 Uhr und 17.00 Uhr oder unter www.blutspendedienst.com im Internet abrufbar. Wir empfehlen unsere Blutspende-App für iOS und Android (www.spenderservice.net): Individuelle Spendeinfos, Terminerinnerungen und Blutspende-Forum.



O'druckt is!

Wir drucken

Ihre Festwerbung

- Plakate
- Flyer
- Bauzaunbanner
- PVC-Banner
- Festschriften
- Wertmarkenblöcke
- Eintrittskarten
- Einlassbänder

LW-FLYERDRUCK.DE

☎ 09191 72 32 88

🌐 www.LW-flyerdruck.de

✉ info@lw-flyerdruck.de

📍 Peter-Henlein-Straße 1
91301 Forchheim



Die AOK Bayern informiert

Gesunder Schlaf – Erholen und Energietanken im Schlaf



Abendliche Rituale und Entspannungsübungen wirken schlaf-fördernd.
Foto: © PantherMedia/luismolinero

Ein gesunder Schlaf ist wichtig für Körper und Geist. Wenn wir gut schlafen, erholen wir uns und sammeln Energie für den kommenden Tag. Wer hingegen zu wenig oder schlecht schläft, ist tagsüber eher müde und reizbar. Die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit ist verringert, auch Kopfschmerzen und Muskelverspannungen können die Folge sein. „Studien haben zudem gezeigt, dass bei Menschen, die über lange Zeit zu wenig schlafen oder an Schlafstörungen leiden, das Risiko für Übergewicht, Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes steigt“, sagt Ulrike Fischer, Gesundheitsexpertin bei der AOK in Bayreuth.

Dauer und Qualität des Schlafs sind wichtig

Studien zufolge reichen sieben bis acht Stunden Schlaf für die nächtliche Regeneration. Neben der Dauer ist die Qualität des Schlafes entscheidend für seine erholsame Wirkung. „Normalerweise durchläuft der Mensch während einer Nacht mehrmals verschiedene Schlafphasen, in denen der Schlaf unterschiedlich tief ist“, erläutert Ulrike Fischer.

Dabei können auch kürzere wachähnliche Zustände auftreten. Wer also nachts aufwacht und nicht gleich wieder einschlafen kann, sollte sich nicht unter Druck setzen und nicht auf die Uhr schauen. Wer das Wachliegen als quälend empfindet, kann aufstehen und einer ruhigen Beschäftigung nachgehen. „Meist treten Schlafstörungen nur vorübergehend auf“, so die AOK-Gesundheitsexpertin.

Wer allerdings mehrere Wochen hintereinander nicht ein- oder durchschlafen kann, sollte medizinischen Rat suchen. Das gilt auch für Menschen, die schlafwandeln oder unter Schlafapnoe leiden. Schlafmittel sollte man nur in Rücksprache mit der Hausärztin oder dem Hausarzt einnehmen. Meist helfen sie nur kurzfristig und bergen bei dauerhafter Einnahme die Gefahr von Abhängigkeit.

Tipps für eine erholsame Nachtruhe

Regelmäßige Bewegung tagsüber hilft, Stress abzubauen. Nachts schläft man dann meist besser. Ulrike Fischer rät jedoch davon ab, direkt vor dem Zubettgehen noch intensiv Sport zu treiben. Sinnvoll ist es, relativ früh zu Abend zu essen. Üppige Mahlzeiten am späten Abend sowie koffein- und alkoholhaltige Getränke können den Schlaf beeinträchtigen. Ein Abendspaziergang oder ein heißes Bad mit Zusätzen wie Melisse oder Lavendel machen erfahrungsgemäß angenehm müde.

Sehr nützlich ist es, spätestens eine Stunde vor dem Zubettgehen den Fernseher oder das Handy auszuschalten. Die Lektüre von Büchern oder Zeitschriften dagegen kann das Einschlafen fördern. Bestimmte Rituale – wie ein Spaziergang, ein Kräutertee oder eine Entspannungsübung – signalisieren Körper und Seele, dass jetzt Schlafenszeit ist. Darüber hinaus schwören viele Menschen auf einen regelmäßigen Schlaf-Wach-Rhythmus.

„Nach Möglichkeit gewöhnt man sich an, immer ungefähr zur selben Zeit zu Bett zu gehen und wieder aufzustehen, am

besten auch am Wochenende“, empfiehlt Ulrike Fischer. Das Schlafzimmer sollte dunkel, ruhig und nicht zu warm sein. Eine Temperatur zwischen 14 und 18 Grad ist optimal. „Es hat sich zudem bewährt, das Schlafzimmer abzudunkeln und Geräusche möglichst abzuschirmen“, so Ulrike Fischer weiter. Günstig ist es, vor dem Zubettgehen noch einmal zu lüften.

AOK Bayern

Katholische Landvolkbewegung (KLB)

Erzdiözese Bamberg

Jakobsplatz 8, 96049 Bamberg

Tel. 0951 - 502 3800

Mail: klb@erzbistum-bamberg.de

Internet: www.klb-bamberg.de



Teuschnitz. Das Bildungswerk e.V. der Katholischen Landvolkbewegung (KLB) der Erzdiözese Bamberg lädt ein zum Familienbildungswochenende vom **21. - 23. Oktober 2022** im Jugendbildungshaus „Haus am Knock“, Teuschnitz.

Unter dem Thema „**KRAFTZEIT - Auftank-Familienwochenende**“ bietet die KLB Bamberg ein Achtsamkeitswochenende zum Auftanken und Entspannen für Familien an.

Das Wochenende startet am Freitagabend um 18 Uhr. Sonja Schramm, Fachberaterin für Burn-Out-Prävention und Entspannungskoach, gestaltet das Auftank-Familienwochenende mit einfachen Achtsamkeits- und Entspannungsübungen, Bewegung in der Natur, Übungen zum Loslassen und Kraft schöpfen, spirituellen Textimpulsen, Gebet, Spiel, Spaß und Gemeinschaft. Parallel zu den Bildungseinheiten gibt es eine Betreuung für die Kinder. Am Sonntag nach dem Mittagessen endet das KLB-Familienbildungswochenende.

Die Teilnehmerbeiträge (inkl. Übernachtung, Vollpension, Kinderbetreuung, Seminargebühren) betragen für Erwachsene ab 27 Jahren 135 € und für Erwachsene zwischen 18 und 26 Jahren 115 €. KLB-Mitglieder erhalten 15 € Rabatt.

Für das erste Kind liegt der Beitrag bei 40 € und für jedes weitere Kind bei 30 €. Jugendliche ab 13 Jahren zahlen einen Aufschlag von 10 € zum Kinderbeitrag. Kinder zwischen ein und vier Jahren kosten 20 €.

Es gelten die zum Veranstaltungszeitpunkt gültigen Corona-Schutz- und Hygienevorschriften!

Anmeldeschluss ist der 27. September 2022.

Nähere Informationen und Anmeldung unter:

Katholische Landvolkbewegung (KLB) Bamberg -
Bildungswerk e.V.

Tel. 0951 - 502 3800

E-Mail: klb@erzbistum-bamberg.de

www.klb-bamberg.de

Job gesucht?

Mit einem Blick ...

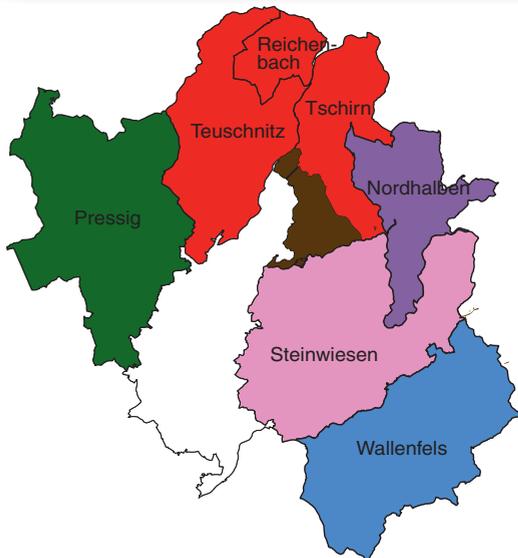
in den Stellenmarkt können Sie
schnell und bequem fündig werden!

Weitere Jobs unter jobs-regional.de



Informationsquelle

mit hoher Akzeptanz



PLZ 96358 **Teuschnitz**

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

PLZ 96332 **Pressig**

Verbreitungsgebiet: Pressig (mit Brauersdorf, Eila, Förtschendorf, Friedersdorf, Grössau, Haidelsmühle, 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, Oberperfdt, Pretschenreuth, Reuthlas, Ringlasmühle, Schallershof, Schallerreuth, Schödelshöhe, Schwarzenfurth, Silberbach, Steinmühle, Stiftsgrün, Unterperfdt, Walburgisreuth, Waldlust, Weißenreuth, Wendlershof, Wölbersbach)

PLZ 95145 **Oberkotzau**

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

PLZ 96328 **Küps**

Verbreitungsgebiet: Küps (mit Au, Burkersdorf, Emmersheim Gypsmühle, Hain, Hall, Hinterloh, Hummenberg, Johannisthal, Kachelmannsberg, Köhlersloh, Krienesschneidmühle, Lerchenhof, Löhlein, Nagel, Oberberg, Oberlangenstadt, Reinertshaus, Rödern, Schafhaus, Schafhof, Schmölz, Theisenort, Tiefenklein, Tüschnitz, Unterberg, Wachholder, Weides)

PLZ 96369 **Weißbrunn**

Verbreitungsgebiet: Weißbrunn (mit Böhlbach, Buch, Eichenbühl, Flöhberg, Friedrichsburg, Gössersdorf, Grün, Hohenwart, Holzhaus, Hummendorf, Kaltbuch, Neuenreuth, Neutennig, Obermennig, Plösenthal, Rangen, Reuth, Rucksgaße, Rucksmühle, Sachspfeife, Schaufel, Schlottermühle, Sorg, Thonberg, Untertennig, Weißbrunn, Wildenberg)

- Näher am Kunden
- Hohe Leserzahlen
- Längere Aktualität

Werben Sie effektiv in Amts- und Mitteilungsblättern.

PLZ 96279 **Weidhausen**

Verbreitungsgebiet: Weidhausen b. Coburg (mit Neuensorg, Neue Welt, Trübenbach)

PLZ 96365 **Nordhalben**

Verbreitungsgebiet: Nordhalben (mit Heinersberg, Thomasmühle)

PLZ 96349 **Steinwiesen**

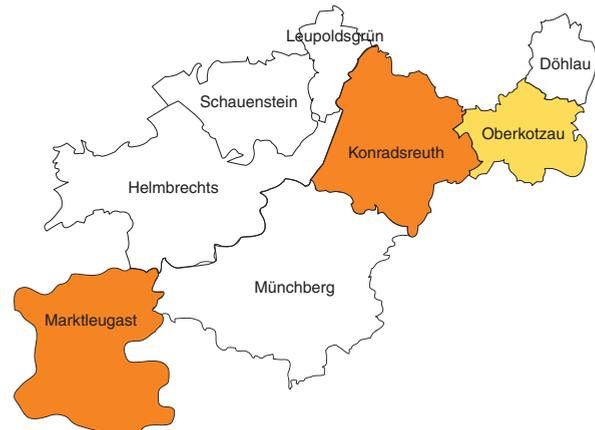
Verbreitungsgebiet: Steinwiesen, Berglesdorf, Birnbaum, Eisenhammer, Erlarück, Hubertushöhe, Klingersmühle, Kochsmühle, Kübelberg, Leitsch, Leitschenstein, Löfflermühle, Neufang, Nurn, Remitzhof, Rieblisch, Schlegelshaid, Schnabrüchsmühle, Schwarzmühle, Teichmühle, Tempenberg

PLZ 96346 **Wallenfels**

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

PLZ 95352 **Marktlegast**

Verbreitungsgebiet: Marktlegast (mit Achatzmühle, Bainersbach, Filshof, Großrehtmühle, Hanauerhof, Hermes, Hinterrehberg, Hohenberg, Hohenreuth, Kleinrehtmühle, Kosermühle, Mannsfur, Marienweiher, Mittelrehberg, Neuensorg, Neuguttenberg, Ösel, Roth, Steinbach, Tannenwirtschhaus, Traindorf, Vorderrehberg, Weihermühle, Zegastmühle)



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



Nicole Kraus

Ihre Gebietsverkaufsleiterin vor Ort

Mobil: 0151 52046086

Fax: 09191 7232-42

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



LINUS WITTICH
Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.