



Mitteilungsblatt

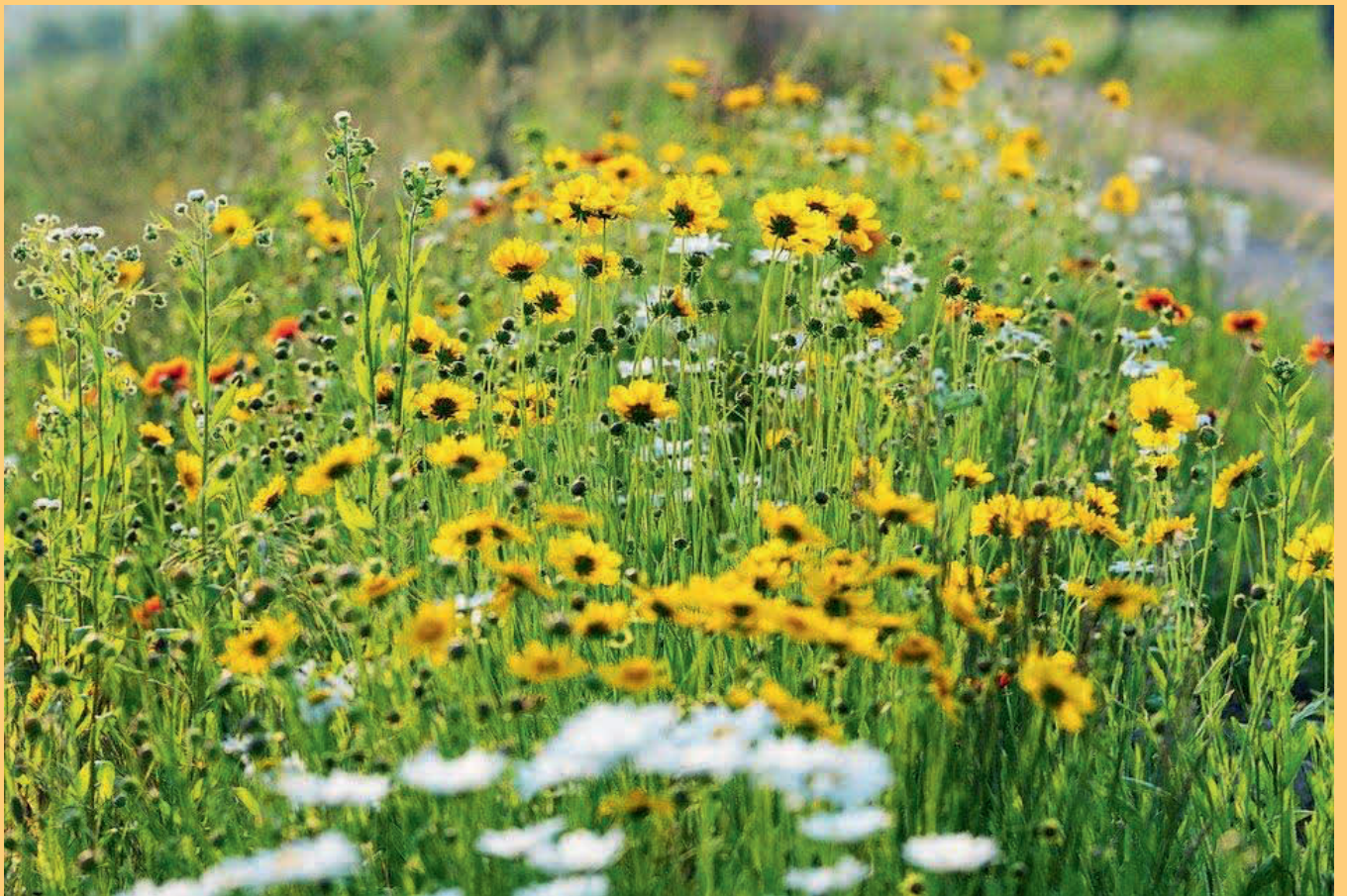
Mitteilungsblatt der Verwaltungsgemeinschaft Markt Leugast und deren

Mitgliedsgemeinden Markt Markt Leugast und Markt Grafengehaig

Jahrgang 41

Freitag, den 3. Juli 2020

Nummer 7



Juli

Hans Böhm (1876-1946)

**Mit weißen Wolken Sommertag
Wie himmlisch du mich überblüht!
Es neckt der Wind mit lauem Schlag
Die Sonne wandelt hoch und grüßt.**

**Im Lindenbaume fällt und steigt
Der Biene dunkler Glockenton.**

**Geziefer webend mich umgeigt
So hör ich's tausend Jahre schon.**

**Und wie die Wärme jubelnd schwillt
Und flimmert über Feld und Au
Da fahr ich mit der Erde mild
Und golden in das Himmelsblau.**

Telefonverzeichnis der Verwaltungsgemeinschaft Marktkeugast

Name E-Mail-Adresse	Zimmer	Durchwahl
Uome, Franz Erster Bürgermeister Markt Marktkeugast buergemeister@marktkeugast.de	4	947-0
Burger, Werner Erster Bürgermeister Markt Grafengehaig burger@grafengehaig.de	4	3 55 Grafengehaig
Laaber, Michael Geschäftsstellenleitung laaber@marktkeugast.de	4	947-13
Rau, Stefanie Sekretariat, Volkshochschule, Tourismus poststelle@marktkeugast.de	4	947- 0
Tiroch, Roland Bauamt, tiroch@marktkeugast.de	3	947-14
Taig, Norbert Liegenschaftsverwaltung taig@marktkeugast.de	3	947-15
Witzgall-Gramalla, Gaby Kasse witzgall@marktkeugast.de	3	947-26
Knarr, Mandy Kämmerei knarr@marktkeugast.de	2	947-19
Oltsch, Lisa Kämmerei oltsch@marktkeugast.de	2	947-18
Fechner, Cedric Kasse fechner@marktkeugast.de	2	947-24
Knarr, Melanie Kasse knarr_m@marktkeugast.de	2	947-16
Boßert, Renate Kasse bossert@marktkeugast.de	2	947-16
Hofmann, Hans Standesamt, Gewerbe- und Ordnungsamt, Feuerwehrwesen hofmannh@marktkeugast.de	1	947-22
Korzendorfer, Carolin Einwohnermeldeamt, Friedhofsverwaltung, Standesamt korzendorfer@marktkeugast.de	1	947-20
Prell, Katharina Einwohnermeldeamt, Friedhofsverwaltung prell@marktkeugast.de	1	947-21
Purucker, Sarah Einwohnermeldeamt, Friedhofsverwaltung purucker@marktkeugast.de	1	947-21
Telefax: (0 92 55)	947-50	

Dienstzeiten

Verwaltungsgemeinschaft Marktkeugast 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 Marktkeugast

Termine jeweils nach Vereinbarung

Gottes Mühlen

Gottes Mühlen, mahlen langsam, wenn wir es auch oft nicht seh'n,
seine Sinne, die sind wachsam, er lässt keinen straffrei geh'n.

Ganz egal, wie lang es her ist, eine Sünde, Neid und Gier -
irgendwann, da kriegt ein jeder seinen Lohn, das glaube mir.

© Norbert van Tiggelen

Bekanntmachungen



Wir wünschen allen Bürgerinnen und Bürgern,
die in diesem Monat Geburtstag
oder ein anderes Jubiläum feiern,
Gesundheit, Glück und Zufriedenheit!

Abgabeschluss

für die August-Ausgabe

Freitag, 24. Juli 2020

Erscheinungstag:

Freitag, 7. August 2020

Marktgemeinderatssitzungen in der Wahlperiode 2020/2026



Markt Marktkeugast

Montag, 20. Juli 2020,
um 19.00 Uhr, im Bürgersaal

Markt Grafengehaig

Montag, 27. Juli 2020,
um 19.00 Uhr, im Sitzungszimmer

Wohnungen & Häuser

GESUCHT

In unserer Verwaltungsgemeinschaft treffen immer wieder Anfragen nach freien Wohnungen und Häusern in unseren Gemeindegebieten Marktkeugast 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!

Wasser- und Abwassergebühren im Vergleich

Markt/Stadt	Wassergebühren	Abwassergebühren
Marktschorgast	2,78 €	2,90 €
Presseck	2,51 €	2,94 €
Kupferberg	2,42 €	2,16 €
Stadtsteinach	1,98 €	2,70 €
Kulmbach	1,96 €	2,16 €
Neuenmarkt	1,77 €	1,76 €
Himmelkron	1,71 €	2,10 €
Grafengehaig	1,69 €	4,49 €
Untersteinach	1,52 €	3,83 €
Marktkeugast	1,42 €	2,68 €
Wirsberg	1,35 €	3,61 €
Guttenberg	0,95 €	3,61 €
Ludwigschorgast	0,83 €	2,61 €

inklusive Mehrwertsteuer

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.

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

~~Covid-19~~
Comeback '20

WIEDERERÖFFNUNG WIEDERERÖFFNUNG WIEDERERÖFFNUNG

Endlich dürfen Geschäfte wieder öffnen!
Damit das so bleibt, haben wir die passenden Corona-Schutz-Produkte für Sie.

SCHÜTZEN SIE SICH UND IHRE KUNDEN

Wir haben die passende Ausstattung
Jetzt online konfigurieren und bestellen

LW-FLYERDRUCK.DE

Ihre Onlinedruckerei von LINUS WITTICH Medien

☎ 09191 72 32 88
🌐 www.LW-flyerdruck.de

Impressum



Mitteilungsblatt

Mitteilungsblatt der Verwaltungsgemeinschaft Marktkeugast und deren

Mitgliedsgemeinden Markt Marktkeugast und Markt Grafengehaig

Verwaltungsgemeinschaft Marktkeugast, Neuensorger Weg 10
Eingang altes Schulhaus, 93552 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



„Ehrenamt stärken. Versorgung sichern.“

Informationen zum BULE-Sonderprojekt

Wer kann sich bewerben?

Die Fördermaßnahme richtet sich an Initiativen in ländlichen Räumen in Deutschland. Es sind Initiativen antragsberechtigt, deren Maßnahmen überwiegend in kreisangehörigen Städten und Gemeinden von **maximal 50.000 Einwohnern** wirken.

Ab dem **24. Juni 2020** können folgende Organisationen, die über eine Niederlassung in der Bundesrepublik Deutschland verfügen, eine Interessenbekundung einreichen:

- eingetragene Vereine (e.V.)
- gemeinnützige GmbHs (gGmbH)
- öffentlich-rechtliche Religionsgesellschaften
- als gemeinnützig anerkannte Stiftungen des bürgerlichen Rechts
- genossenschaftlich organisierte Dorfläden und Dorfgaststätten

Wer darf sich leider nicht bewerben?

- Privatpersonen / Einzelpersonen (natürliche Personen)
- nicht eingetragene Vereine, Arbeitskreise und andere Initiativen ohne eigene Rechtspersönlichkeit, Vereine in Gründung
- Gesellschaften bürgerlichen Rechts (GbR)
- nicht rechtsfähige Stiftungen sowie Stiftungen ohne anerkannte Gemeinnützigkeit
- Unternehmen, bspw. in den Rechtsformen e.K., OHG, KG, GmbH, AG, GmbH & Co KG, UG, Genossenschaft (außer genossenschaftliche organisierte Dorfläden und Dorfgaststätten)
- Städte und Gemeinden
- Anträge von Parteien und Wählergruppen.
- Antragsteller, die nicht auf dem Boden der freiheitlich demokratischen Grundordnung stehen und keine den Zielen und Werten des Grundgesetzes förderliche und entsprechende Arbeit gewährleisten

Wie kann man sich bewerben?

- Das Bewerbungs- und Antragsverfahren ist zweistufig angelegt und wird von der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) in Abstimmung mit dem Deutschen Landkreistag (DLT) sowie den Landkreisen durchgeführt.
- Initiativen, die besonders schutzbedürftige Gruppen durch ehrenamtliche Nachbarschaftshilfe und bürgerschaftlich getragene Nahversorgung in ländlichen Räumen unterstützen, reichen in der ersten Stufe eine kompakte Interessenbekundung für eine Förderung über ein Online-Tool bei der BLE ein: www.bmel.de/ehrenamt-versorgung
- Die Interessenbekundung enthält u. a. Eckdaten zur Initiative, deren Tätigkeitsbereich und den geplanten Maßnahmen, für die eine Förderung beantragt werden soll.
- Nur Interessenten, deren Interessenbekundungen die in der Bekanntmachung formulierten Anforderungen vollständig erfüllen, können im späteren Antragsverfahren eine Bewilligung für ihren Förderantrag erhalten.

- Die Interessenbekundungen werden entsprechend der **Reihenfolge ihres Eingangs** berücksichtigt! Die Anzahl der pro Landkreis antragsberechtigten Initiativen ist begrenzt.

Was wird gefördert?

- Neuanschaffungen und Beauftragungen für Maßnahmen, die dem Schutz der Gesundheit von Mitgliedern und deren Kontaktpersonen dienen (z. B. Schutzmasken, Desinfektionsmittel),
- Neuanschaffungen, Beauftragungen und Fahrtkostenerstattungen für Maßnahmen, die Transportleistungen zur Sicherstellung der Nahversorgung, insbesondere mit Lebensmitteln, sowie Mobilitätsaufwendungen auf Seiten der Mitglieder der Initiativen betreffen (z. B. Fahrräder, Transportboxen),
- Neuanschaffungen und Beauftragungen für Maßnahmen, die die Zusammenarbeit von Mitgliedern der Initiative untereinander und mit Kontaktpersonen mit Hilfe einer digitalen Ausstattung der Initiative verbessern (z. B. Kameraequipment und Headsets für Videokonferenzen).

Wie hoch ist die Förderung?

- Förderfähig sind Aufwendungen zur Finanzierung mit einem Zuwendungsbetrag von mindestens 2.000 € und maximal 8.000 €.
- Die Zuwendungen werden im Wege der Projektförderung auf Ausgabenbasis als nicht rückzahlbarer Zuschuss gewährt.
- Eine Antragstellung setzt voraus, dass die Antragsteller keine finanziellen Eigen- oder Drittmittel in das Vorhaben einbringen können. Die Förderung erfolgt als Vollfinanzierung mit 100 % der förderfähigen Ausgaben.
- Die Zuwendungen werden bei Bewilligung auf einen Höchstbetrag begrenzt. Sie dürfen die tatsächlichen Ausgaben nicht überschreiten.
- Es wird angestrebt, dass für den überwiegenden Teil der Zuwendungsempfänger der Förderzeitraum im August oder im September 2020 beginnen kann. Der Förderzeitraum endet für alle Zuwendungsempfänger spätestens am 30. November 2020.

Medizinische Versorgung

Sprechzeiten der Arztpraxis

Josef Schmidt und Dr. med. Carola Klein

Kulmbacher Straße 6, 95352 Marktkeugast

Tel. 09255/ 255, Fax 09255/ 7694

Montag	07.30 Uhr - 11.30 Uhr 17.00 Uhr - 19.00 Uhr
Dienstag	07.30 Uhr - 11.30 Uhr
Mittwoch	07.30 Uhr - 11.30 Uhr nach Vereinbarung
Donnerstag	07.30 Uhr - 11.30 Uhr 17.00 Uhr - 19.00 Uhr
Freitag	08.00 Uhr - 13.00 Uhr

Notruf 112



Rettungswesen -

Integrierte Leitstelle an der Staatlichen Feuerwehrschule Geretsried

In Bayern können Sie rund um die Uhr über die **Notrufnummer 112** Hilfe durch Rettungsdienst und Feuerwehr anfordern.

Der Notruf 112 verbindet Sie mit der örtlichen Integrierten Leitstelle - aus allen Telefonnetzen vorwahl- und gebührenfrei.

Der Aufbau von Integrierten Leitstellen im Freistaat ist noch nicht flächendeckend abgeschlossen (Internetportal der Integrierten Leitstellen Bayern).

Ist nur ein Mobiltelefon verfügbar und die Ortsvorwahl der Rettungsleitstelle nicht bekannt, kann über die vorwahl- und gebührenfreien Telefonnummern 110 (Polizei) oder 112 (Feuerwehr) Hilfe herbeigerufen werden. Polizei und Feuerwehr geben die Meldung an die Rettungsleitstelle weiter.

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 Gemeindegemeinde/Stadtteil, Straßennamen, Hausnummer, Stockwerk, Besonderheiten wie Hinterhöfe, Straßentyp, Fahrtrichtung, Kilometerangaben an Straßen/Bahnlinien/Flüssen)!
- **Was ist geschehen?**
Beschreiben Sie knapp das Ereignis und das, was Sie konkret sehen (was ist geschehen? was ist zu sehen?), beispielsweise Verkehrsunfall, Absturz, Brand, Explosion, Einsturz, eingeklemmte Person!
- **Wie viele Betroffene?**
Schätzen Sie die Zahl der betroffenen Personen, ihre Lage und die Verletzungen! Geben Sie bei Kindern auch das Alter an!
- **Warten auf Rückfragen!**
Legen Sie nicht gleich auf, die Mitarbeiter der Leitstelle benötigen von Ihnen vielleicht noch weitere Informationen!

Nach dem Notruf

Leisten Sie „Erste Hilfe“, soweit Sie sich nicht selbst in Gefahr bringen!

Helfen Sie den Einsatzkräften beim Auffinden des Ereignisortes!

Ärztlicher Bereitschaftsdienst



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



Apotheken Notdienst

durchgehend dienstbereit
Beginn morgens 08.00 Uhr
bis nächsten Tag 08.00 Uhr

Mi., 01.07.	Rathaus-Apotheke, Marktkeugast
Do., 02.07.	Franken-Apotheke, Münchberg
Fr., 03.07.	Stadt-Apotheke, Helmbrechts
Sa./So., 04./05.07.	Rathaus-Apotheke, Marktkeugast
Mo., 06.07.	Markt-Apotheke, Stambach
Di., 07.07.	Pittroff-Apotheke, Helmbrechts
Mi., 08.07.	Waldstein-Apotheke, Sparneck
Do., 09.07.	Markt-Apotheke, Stambach
Fr., 10.07.	Pittroff-Apotheke, Helmbrechts
Sa./So., 11./12.07.	Waldstein-Apotheke, Sparneck
Mo., 13.07.	Stadt-Apotheke, Münchberg
Di., 14.07.	Engel-Apotheke, Münchberg
Mi., 15.07.	Pittroff-Apotheke, Helmbrechts
Do., 16.07.	Stadt-Apotheke, Münchberg
Fr., 17.07.	Engel-Apotheke, Münchberg
Sa./So., 18./19.07.	Pittroff-Apotheke, Helmbrechts
Mo., 20.07.	Rathaus-Apotheke, Marktkeugast
Di., 21.07.	Franken-Apotheke, Münchberg
Mi., 22.07.	Stadt-Apotheke, Helmbrechts
Do., 23.07.	Rathaus-Apotheke, Marktkeugast
Fr., 24.07.	Franken-Apotheke, Münchberg
Sa./So., 25./26.07.	Stadt-Apotheke, Helmbrechts
Mo., 27.07.	Waldstein-Apotheke, Sparneck
Di., 28.07.	Adler-Apotheke, Münchberg
Mi., 29.07.	Stadt-Apotheke, Münchberg
Do., 30.07.	Waldstein-Apotheke, Sparneck
Fr., 31.07.	Stadt-Apotheke, Münchberg
Sa./So., 01./02.08.	Adler-Apotheke, Münchberg
Mo., 03.08.	Adler-Apotheke, Münchberg
Di., 04.08.	Markt-Apotheke, Stambach
Mi., 05.08.	Engel-Apotheke, Münchberg
Do., 06.08.	Adler-Apotheke, Münchberg
Fr., 07.08.	Markt-Apotheke, Stambach
Sa./So., 08./09.08.	Engel-Apotheke, Münchberg

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

Stambach

Markt-Apotheke, Marktplatz 1, Tel. 09556/ 1800

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

Marktkeugast

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

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
Marktkeugast	8,5	4,33	1
Hohenberg	7,7	5,34	1
Zweckverband Walberngrüner Gruppe	8,4	4,74	1

Aufgrund der letzten Trinkwasseruntersuchungen vom September 2019 entspricht das Trinkwasser aus den obigen Versorgungsanlagen voll den Anforderungen der Trinkwasserverordnung. Sie sollten in Zukunft die Dosierung der Wasch- und Reinigungsmittel dem Härtebereich entsprechend vornehmen. Dadurch können Sie Geld sparen und leisten zudem einen wertvollen Beitrag zum Umweltschutz.

Wasserversorgung Marktkeugast

Wasserwart: Harald Hahn

Handy-Nr. 0170/ 385 24 23

Vertreter: Christian Haber

Handy-Nr. 0151/ 161 281 19

Abwasseranlagen

Klärwärter: Rainer Haber

Handy-Nr. 0151/ 161 281 23

Vertreter: Udo Hübschmann

Handy-Nr. 0151/ 161 281 21

Kläranlage Grafengehaig

Klärwärter: Alexander Platthaus

Handy-Nr. 0151/ 161 281 16

Wasserversorgungsanlage Zweckverband/ Walberngrüner Gruppe

Wasserwart: Michael Villa

Handy-Nr. 0151/ 161 281 14

Vertreter: Klaus Keil

Handy-Nr. 0151/ 161 281 15

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/ 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 und Weißblech nur werktags in der Zeit von 08.00 Uhr bis 19.00 Uhr erfolgen darf!

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

Altglas- und Weißblech-Container

Standorte Markt Marktkeugast

Marktkeugast	Jahnstraße
Mannsflur	am Sportplatz
Marienweiher	ehem. Müllplatz - an der Kreisstraße Richtung Stammbach
Hohenberg	Parkplatz am Sportheim
Tannenwirthaus	neue Betriebszufahrt Firma Kufner
Neuensorg	am Salzsilo an der Zufahrt zum Wald-Sportplatz

Kleider-Container des Bayerischen Roten Kreuzes

Standorte Markt Marktkeugast

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

Altglas- und Weißblech-Container

Standorte Markt Grafengehaig

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

Ihr Hofer
Sanitätshaus
Sperschneider
Orthopädie + Rehatechnik
2x Hof-Selb-Naila · ☎ 09281-7779777
www.sperschneider-hof.de

kostenlose Lieferung, Hilfsmittel, Treppenlifte...

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 Restmüll/Biotonne	01./02.07.2020
Mittwoch/Donnerstag Gelber Sack/Biotonne	08./09.07.2020
Mittwoch/Donnerstag Restmüll/Biotonne	15./16.07.2020
Mittwoch/Donnerstag Papier/Biotonne	22./23.07.2020
Mittwoch/Donnerstag Restmüll/Biotonne	29./30.07.2020
Mittwoch/Donnerstag Gelber Sack/Biotonne	05./06.08.2020



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

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

Sammelstelle für Kühlgeräte und Elektroschrott aus Haushalten

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

Die Öffnungszeiten sind:

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

Stefanie Trammer
Garten- & Hausmeisterservice

Kulmbacher Str. 5 • 95352 Marktkeugast
E-Mail: s-t-dienstleistungen@gmx.de
Handy: 01577/3933997

- Brennholz
- Winterdienst
- Baumschnitt
- Dienstleistungen rund um Haus und Garten

... und was können wir für Sie tun?

Problemmüllsammlung aus Haushaltungen
Die nächsten Termine in der Verwaltungsgemeinschaft Marktkeugast:

Sa., 25.07.2020	10.30 Uhr bis 11.00 Uhr	Feuerwehrhaus/ Containerstandort, Horbach
	11.30 Uhr bis 12.00 Uhr	Bushaltestelle am Dorfteich, Mannsflur
Sa., 22.08.2020	10.00 Uhr bis 10.30 Uhr	Parkplatz Kirche, Tannenwirthaus
	11.00 Uhr bis 11.30 Uhr	Schulbushäuschen, Grünlas
	12.00 Uhr bis 12.30 Uhr	gegenüber Bushaltestelle, Schlockenau
Sa., 19.09.2020	09.30 Uhr bis 10.00 Uhr	Bushaltestelle Kindergarten, Eppenreuth
	10.30 Uhr bis 11.30 Uhr	Dreifachsporthalle, Marktkeugast
Sa., 14.11.2020	10.00 Uhr bis 10.30 Uhr	Parkplatz ehem. Gasthof Kögler, Großrehmühle
	11.00 Uhr bis 11.30 Uhr	Bushaltestelle, Steinbach



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

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

Sonderabfälle aus dem nicht-privaten Bereich (Gewerbe, Handwerksbetriebe, Handel, Dienstleister, öffentliche Einrichtungen, usw.) können im Rahmen der Problemmüllsammungen für Haushaltungen NICHT angenommen werden. Auskünfte über die Entsorgungsmöglichkeiten für Sonderabfälle aus dem nicht-privaten Bereich gibt die Abfallberatung des Landkreises unter den Telefonnummern 0 92 21 / 707-109 (Frau De Meyer), -151 (Frau Flieger) oder -199 (Herr Zenk).

Ätzend	Explosive Stoffe	Entzündend wirkende Stoffe	Entzündbare Stoffe	Unter Druck stehende Gase
Giftig	Reizend	Gesundheitsschädlich	Umweltgefährlich	

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

Gemütlich schmökern.
 Bücher von LINUS WITTICH.
Gleich stöbern!
 buecher.wittich.de

Termine für stationäre Schadstoffannahme für Haushalte**Sa., 04.07.2020**09.00 Uhr bis 12.00 Uhr Industriegebiet
„Am Goldenen Feld“,
Kulmbach
neben der Müllumladestation**Sa., 01.08.2020**09.00 Uhr bis 12.00 Uhr Industriegebiet
„Am Goldenen Feld“,
Kulmbach
neben der Müllumladestation**Sa., 05.09.2020**09.00 Uhr bis 12.00 Uhr Industriegebiet
„Am Goldenen Feld“,
Kulmbach
neben der Müllumladestation**Sa., 10.10.2020**09.00 Uhr bis 12.00 Uhr Industriegebiet
„Am Goldenen Feld“,
Kulmbach
neben der Müllumladestation**Standesamtliche Nachrichten****Eheschließung**

Georg Josef Schier und Svenja Susanne Dietzel, wohnhaft in Marktlegast, haben am 02.06.2020 in Marktlegast die Ehe geschlossen.

Sterbefälle

Alma Christa Haas, zuletzt wohnhaft in Hohenreuth 1, 95352 Marktlegast, ist am 15.06.2020 in Marktlegast verstorben.

Johann Roland Siegler, zuletzt wohnhaft in Flurstraße 13, 95352 Marktlegast, ist am 16.06.2020 in Marktlegast verstorben.

Kunigunda Schneider, geb. Opel, zuletzt wohnhaft in Lehenweg 3, 95352 Marktlegast, ist am 23.06.2020 in Marktlegast verstorben.



**Bettfedern-Wäscherei
Eduard Hartmann**
Friedrich-Schoedel-Str.19
95213 Münchenberg
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.

Metz Classic—Metz blue—Panasonic**LED und OLED****Beratung + Verkauf + Service**

Schramm
Informationstechnik

Ottostaße7+10 . 95233 Helmbrechts Tel. 09252/1881

**Neues aus der
Bücherei****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 Gemeindegearbeit.

**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**Aufgrund der Vorsichtsmaßnahmen
zur Einschränkung der Corona-Pandemie
ist die Bücherei vorübergehend geschlossen!**

Inh. Oliver Kaupp
Breitenbachstraße 18
72178 Waldachtal-
Lützenhardt
Nördlicher Schwarzwald
Tel. 07443/9662-0
Fax 07443/966260

Der Schwarzwald ruft...**Kraft tanken, Wald baden, Ruhe spüren...****Relaxwoche**

7 Übernachtungen mit Halbpension
tägl. kalt-warmes Frühstücksbüfett
5x Menüwahl aus 3 Gerichten mit Salatbüfett
1x festliches 6-Gang-Menü
1x kaltes Vesper

ab 458,-€**Die kleine Auszeit**

Immer Donnerstag oder Freitag bis Sonntag
2 oder 3 Übernachtungen mit Halbpension
1x festliches 6-Gang-Menü, 1x Obststeller
1x Kaffee und Kuchen
1x kleine Flasche Wein

2 Nächte ab 185,-€**Schwarzwaldversucherle**

Buchbar von Sonntag bis Donnerstag oder Freitag
4 oder 5 Nächte mit Halbpension

ab 272,-€**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. („Im Moment“ dürfen wir wegen den Corona-Hygiene-Bedingungen kein Büfett anbieten)

Weitere Angebote finden Sie auf unserer Homepage
www.hotel-breitenbacher-hof.de oder
fordern Sie unseren ausführlichen Hausprospekt an.

Wir freuen uns auf Sie!



Neues aus der Volkshochschule

Programm Herbst/Winter 2020 Frühjahr 2021

Aufgrund der aktuellen Entwicklungen hinsichtlich der Corona-Pandemie veröffentlichen wir die Veranstaltungen nur unter Vorbehalt. Wir bitten um Ihr Verständnis!

Sport & Gesundheit

Piloxing - AUSGEBUCHT

Piloxing kombiniert die kraftvollen schnellen Bewegungen von Boxen mit den ästhetischen und feinen Übungen von Pilates. Piloxing ist ein schweißtreibendes Intervall-Training mit dem Ziel, Fett zu verbrennen, Muskeln aufzubauen und den Körper zu formen und zu straffen.

Mit Boxen, Pilates und Tanzen zum Traumbody: Piloxing, die neue Trendsportart aus Hollywood, lässt Kilos purzeln, baut Muskeln auf und strafft den Körper.

Kursleiterin: Tippi Volk

10 Abende, jeweils Montag von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr

Beginn: Montag, 7. September 2020

Gebühr: 30,00 €

Ort: Grund- und Mittelschule Marktlegast, Zimmer 101

Muskelaufbautraining für einen gesunden Rücken I

Der Rückenmuskel ist der größte Muskel in unserem Körper und der wichtigste Teil des Bewegungsapparates im Rücken. Ohne diese Muskulatur würde man einfach nach vorne umkippen. Die Stärkung der Rückenmuskulatur durch gezieltes Training ist daher enorm wichtig. 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.

Kursleiterin: Karin Hoch

10 Abende, jeweils Montag von 18.15 Uhr bis 19.15 Uhr

Beginn: Montag, 7. September 2020

Gebühr: 25,00 €

Ort: Schulturnhalle Grund- und Mittelschule Marktlegast

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.

Kursleiterin: Karin Hoch

10 Abende, jeweils Montag von 19.15 Uhr bis 20.15 Uhr

Beginn: Montag, 7. September 2020

Gebühr: 25,00 €

Ort: Schulturnhalle Grund- und Mittelschule Marktlegast

Yoga light I

Yoga ist von jeher eine Verbindung physischer, mentaler und spiritueller Übungen. Yoga light ist, wie der Name schon sagt, eine Mischung aus einfachen Kraft-Dehn-Balance-Asanas-Übungen. Asanas sind die indischen Yogapositionen.

Es handelt sich hier nicht um Therapieyoga. Deshalb ist der Kurs für Personen mit Handgelenk-, Rücken- und Knieproblemen nicht geeignet.

Kursleiterin: Tippi Volk

10 Abende, jeweils Montag von 19.15 Uhr bis 20.15 Uhr

Beginn: Montag, 7. September 2020

Gebühr: 30,00 €

Ort: Grund- und Mittelschule Marktlegast, Zimmer 101

Muskelaufbautraining für einen gesunden Rücken II

Der Rückenmuskel ist der größte Muskel in unserem Körper und der wichtigste Teil des Bewegungsapparates im Rücken. Ohne diese Muskulatur würde man einfach nach vorne umkippen. Die Stärkung der Rückenmuskulatur durch gezieltes Training ist daher enorm wichtig. 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.

Kursleiterin: Karin Hoch

10 Abende, jeweils Montag von 20.15 Uhr bis 21.15 Uhr

Beginn: Montag, 7. September 2020

Gebühr: 25,00 €

Ort: Schulturnhalle Grund- und Mittelschule Marktlegast

Pilates

Pilates ist ein Dehn- und Kräftigungstraining, bei dem vor allem die Muskulatur des Rumpfes, also die des Bauches, unteren Rückens und Beckenbodens gestärkt wird. Pilates verbindet Bewegung mit Kraft, Atmung und Wahrnehmung, Haltung mit Beweglichkeit sowie Anspannung und Entspannung.

Kursleiterin: Tippi Volk

10 Abende, jeweils Mittwoch von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr

Beginn: Mittwoch, 9. September 2020

Gebühr: 30,00 €

Ort: Grund- und Mittelschule Marktlegast, Zimmer 101

Yoga light II

Yoga ist von jeher eine Verbindung physischer, mentaler und spiritueller Übungen. Yoga light ist, wie der Name schon sagt, eine Mischung aus einfachen Kraft-Dehn-Balance-Asanas-Übungen. Asanas sind die indischen Yogapositionen.

Es handelt sich hier nicht um Therapieyoga. Deshalb ist der Kurs für Personen mit Handgelenk-, Rücken- und Knieproblemen nicht geeignet.

Kursleiterin: Tippi Volk

10 Abende, jeweils Mittwoch von 19.15 Uhr bis 20.15 Uhr

Beginn: Mittwoch, 9. September 2020

Gebühr: 30,00 €

Ort: Grund- und Mittelschule Marktlegast, Zimmer 101

Fit & Fun für Kids I (3 - 6 Jahre)

Mit anderen Kids 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!

Kursleiterin: Stella Ganaki

10 Nachmittage, jeweils Dienstag von 16.30 Uhr bis 17.15 Uhr

Beginn: Dienstag, 15. September 2020

Gebühr: 25,00 €

Ort: Schulturnhalle Marktlegast

Senioren-Fitness I

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!

Kursleiterin: Karin Hoch

10 Abende, jeweils Montag von 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Beginn: Donnerstag, 17. September 2020

Gebühr: 25,00 €

Ort: Schulturnhalle Grund- und Mittelschule Marktlegast

Senioren-Fitness II

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!

Kursleiterin: Karin Hoch

10 Abende, jeweils Montag von 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Beginn: Donnerstag, 17. September 2020

Gebühr: 25,00 €

Ort: Schulturnhalle Grund- und Mittelschule Marktlegast

Fit & Fun für Kids II (7 - 10 Jahre)

Mit anderen Kids 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!

Kursleiterin: Stella Ganaki

10 Nachmittage, jeweils Dienstag von 18.15 Uhr bis 19.00 Uhr

Beginn: Donnerstag, 17. September 2020

Gebühr: 25,00 €

Ort: Schulturnhalle Marktlegast

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!

Kursleiterin: Stella Ganaki

10 Abende, jeweils Donnerstag von 19.00 Uhr bis 19.45 Uhr

Beginn: Donnerstag, 17. September 2020

Gebühr: 25,00 €

Ort: Schulturnhalle Marktlegast

Schmerzfrei dank sanftem Daumendruck“ - Die Dorn-Anwendung: Volkskrankheit Rückenbeschwerden

Ca. 8 Millionen Menschen in Deutschland haben Beschwerden, viele davon sind nicht spezifisch, das heißt haben keine wirkliche Ursache. Wer möchte nicht schmerzfrei leben, Spaß am Leben haben und das tun, was er wirklich möchte, ohne Einschränkungen durch Schmerzen?

Mein Vortrag bietet einen kurzen Überblick über die Methode Dorn. Denn länger andauernde Verschiebungen der Wirbelkörper können zu Hexenschuss, Bandscheibenvorfällen oder Ischiasbeschwerden führen.

Durch sanften Daumendruck kann die Methode Dorn schnell Linderung verschaffen.

Nach dem Vortrag erfolgt eine Behandlungsdemonstration und einfache Selbsthilf Übungen werden gezeigt und gemeinsam geübt.

Jeder Teilnehmer bekommt die Übungen per Handout mit nach Hause.

Bitte bringen Sie mit: eine Gymnastikmatte und 4 Bücher, egal welcher Art.

Kursleiterin: Susann Schaller vom Vital-Studio

1 Abend, Dienstag von 18.30 Uhr bis 20.30 Uhr

Termin: Dienstag, 20. Oktober 2020

Gebühr:

5 Teilnehmer	25,00 € pro Teilnehmer
6 Teilnehmer	21,00 € pro Teilnehmer
8 Teilnehmer	16,00 € pro Teilnehmer
10 Teilnehmer	13,00 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Macht der Worte - von einengenden Denk- und Sprachgewohnheiten zu achtsamer Kommunikation

Der Kurs will zum Nachdenken über eigene Denkweisen, Worte und Kommunikation anhand verschiedener Modelle von renommierten Wissenschaftlern sowie Trainern und anhand von Anwendungsbeispielen anregen. Hierbei werden interessante Erkenntnisse der Hirnforschung mit einbezogen. Unser Orientierungssystem wird oft durch bewusst und unbewusst gelernte Denkweisen gesteuert. Wie kann ich Denkfallen - z.B. perfektionistisches Denken, Katastrophendenken (wenn ich das nicht schaffe, dann...), Gedankenlesen (er hat mich absichtlich nicht bemerkt) - erkennen und durch positive Denkart ersetzen?

Erweitern Sie bewusst Ihren positiven Wort-Schatz. Die Thematik des Kurses ist sowohl für den Alltag als auch für den Beruf interessant.

Kursleiterin: Sibylle Huth

1 Abend, Mittwoch von 18.00 Uhr bis 21.00 Uhr

Termin: Mittwoch, 28. Oktober 2020

Gebühr: 17,00 €

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Vorweihnachtliche Meditation mit Klangschalen

Entdecken und erleben Sie die sanfte, stresslösende Kraft der Klangschalen. Losgelöst von Stress und Hektik des Alltags können Sie in Ihre Mitte gelangen und Ruhe und Kraft tanken!

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Kissen und bequeme Kleidung. Kursleiterin: Karin Wagner, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Psychologischer Coach, ÜL-AT und PMR

1 Vormittag, Samstag von 09.00 Uhr bis 10.00 Uhr

Termin: Samstag, 21. November 2020

Gebühr:

5 Teilnehmer	21,00 € pro Teilnehmer
7 Teilnehmer	15,00 € pro Teilnehmer
9 Teilnehmer	12,00 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Dehn- und Streckübungen für Senioren mit Progressiver Muskelentspannung

Der Körper und seine einzelnen Körperpartien sollen durch Dehnen und Strecken von Kopf bis Fuß wieder mehr gespürt werden. Alle Übungen werden langsam und mit Bedacht ausgeführt, ohne Schmerzgrenzen zu überschreiten und nur soweit sie körperlich schmerzfrei möglich sind. Ergänzt werden diese Übungen durch progressive Muskelentspannung nach Jacobsen.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Kissen und bequeme Kleidung. Kursleiterin: Karin Wagner, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Psychologischer Coach, ÜL-AT und PMR

1 Vormittag, Samstag von 10.15 Uhr bis 11.15 Uhr

Termin: Samstag, 21. November 2020

Gebühr:

5 Teilnehmer	21,00 € pro Teilnehmer
7 Teilnehmer	15,00 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Kräuteröl und Würzessig selber herstellen - auch eine tolle Geschenkidee!

Das Einlegen von Kräutern und Gewürzen in Essig und Öl hat eine lange Tradition. In diesem Kurs stellen Sie gemeinsam aus verschiedenen Zutaten, Kräuteröl und Würzessig her. Sie erfahren Informatives über die Kräuter und Gewürze, die Verwendung dieser aromatischen Zubereitungen und wie sie in der Küche Verwendung finden. Eine schöne Idee für selbstgemachte Weihnachtsgeschenke!

Materialeinkosten: 6,00 € pro Flasche zus. zur Teilnehmergebühr

Kursleiterin: Birgit Fiedler

1 Abend, Dienstag von 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr

Termin: Dienstag, 24. November 2020

Gebühr:

5 Teilnehmer	13,00 € pro Teilnehmer
7 Teilnehmer	10,00 € pro Teilnehmer
9 Teilnehmer	8,00 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktlegast

„Oh Schreck, die Stimme ist weg! was nun?“

Ich bin Logopädin und habe täglich mit Stimmstörungen zu tun. Viele Stimmstörungen entstehen durch den dauerhaften und auch falschen Einsatz von Stimme im Alltag bzw. im Berufsleben. Lehrer, Erzieher, Sänger, Sekretärinnen, Ärzte und viele mehr sind täglich auf den Einsatz ihrer Stimme angewiesen.

Doch was ist, wenn die Stimme dauerhaft heiser ist oder einfach wegbricht?

Wie kann ich vorbeugend mit meiner Stimme umgehen, um genau dies zu vermeiden?

Wie sollte ich mich im Akutfall verhalten?

Was könnte der Grund dafür sein, dass ich mich ständig räuspern muss oder meine Stimme nicht mehr dauerhaft belasten kann?

Was kann ich tun, wenn ich bei mir eine Stimmstörung feststelle? Wo sollte man hingehen, gibt es Beratungsstellen?

Wie sieht eine logopädische Therapie speziell bei Stimmstörungen aus?

Diese und weitere Fragen würde ich gerne gemeinsam mit Ihnen besprechen.

Kursleiterin: Logopädin und Sprachtrainerin Franziska Merz

1 Abend, von 19.00 Uhr bis 20.00 Uhr

Termin: Donnerstag, 21. Januar 2021

Gebühr: 13,00 € (mind. 10 Teilnehmer erforderlich)

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Entspannungsmix-Workshop

Schnupperstunde aus Meditation, Autogenem Training und Muskelentspannung nach Jacobsen. Wieder in die Ruhe und Gelassenheit gelangen!

Bitte mitbringen: Matte, Decke und Kissen. Bequeme Kleidung ist von Vorteil.

Kursleiterin: Karin Wagner, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Psychologischer Coach, ÜL-AT und PMR

1 Vormittag, Samstag von 09.00 Uhr bis 10.30 Uhr

Termin: Samstag, 23. Januar 2021

Gebühr:

5 Teilnehmer	27,00 € pro Teilnehmer
6 Teilnehmer	22,00 € pro Teilnehmer
7 Teilnehmer	19,00 € pro Teilnehmer
8 Teilnehmer	16,50 € pro Teilnehmer
9 Teilnehmer	14,50 € pro Teilnehmer
10 Teilnehmer	13,50 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Entspannungsreise mit Klangschalen sowie eingehender Körperreise als Meditation

Wieder in die Mitte gelangen, Ruhe und Kraft tanken und genießen, sanfte Blockadenlösung im Körper dadurch möglich!

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

Kursleiterin: Karin Wagner, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Psychologischer Coach, ÜL-AT und PMR

1 Vormittag, Samstag von 10.45 Uhr bis 11.30 Uhr

Termin: Samstag, 23. Januar 2021

Gebühr:

5 Teilnehmer	18,00 € pro Teilnehmer
6 Teilnehmer	15,00 € pro Teilnehmer
7 Teilnehmer	13,00 € pro Teilnehmer
8 Teilnehmer	11,50 € pro Teilnehmer
9 Teilnehmer	10,00 € pro Teilnehmer
10 Teilnehmer	9,00 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Empathisch und konstruktiv kommunizieren

Welche Erfolge lassen sich durch eine empathische Gesprächsführung erzielen? Wichtig ist hierbei, dass man sein Gegenüber wirklich wahrnimmt, indem man sich auf die Emotionen und Gedanken einlässt und gut zuhört, damit man sich richtig versteht.

Wie lassen sich Konfliktgespräche konstruktiv und effektiv meistern?

Welche Möglichkeiten gibt es für das Argumentieren in Stresssituationen? Wie lässt sich dabei eine innere Haltung entwickeln, geprägt von Gelassenheit und Souveränität?

Der Kurs gibt Einblicke in relevante Konzepte und Strategien von anerkannten, renommierten Wissenschaftlern und Trainern. Viele Praxisbeispiele werden aufgezeigt, besprochen und können in kleineren Übungen ausprobiert werden.

Diese Kommunikationsstrategien können sowohl im Alltag als auch im beruflichen Kontext Anwendung finden.

Kursleiterin: Sibylle Huth

1 Abend, Mittwoch von 18.00 Uhr bis 21.00 Uhr

Termin: Mittwoch, 27. Januar 2021

Gebühr: 17,00 €

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Schauen-Erkennen-Verstehen**Einführung in eine wertfreie Körper- und Gesichtssprache**

Der Vortrag erklärt die offenbaren Geheimnisse der Formensprache in der Natur anhand der menschlichen Physiognomie und wendet sich an alle, die ihre Menschenkenntnis - privat und beruflich - erweitern wollen.

Durch diese Formensprache können wir ein erweitertes Verständnis dafür gewinnen, warum wir so sind, wie wir sind und welche Anlagen und Eigenarten in jedem von uns stecken.

Schon Goethe als Physiognom wusste, dass sich alles Innere im Äußeren zeigt. Carl Huter hat mit seiner Lehre der Psycho-Physiognomie ein lehr- und lernbares System erstellt, das der Einzigartigkeit eines jeden Menschen gerecht wird.

Bitte Taschenspiegel mitbringen, um das Dargestellte an der eigenen Persönlichkeitsstruktur zu überprüfen.

Kursleiterin: Gisela Türk Pereira

1 Abend, Mittwoch von 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr

Termin: Mittwoch, 3. Februar 2021

Gebühr: 9,00 €

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) anschauend erklärt

TCM - ein 5.000 Jahre altes Gesundheitskonzept, das im Gegensatz zur westlichen Medizin, den Menschen noch als Ganzes betrachtet. Erfahren Sie Interessantes über die TCM Grundlagen, Ernährung nach den 5 Elementen, wie wir durch gezielte Übungen unser Qi in Fluss bringen, was es mit den 5 Wandlungsphasen: Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser auf sich hat und wie wichtig das Gleichgewicht von Yin und Yang in unserem Körper ist.

Sie selbst sind Ihre größte Energiequelle. Sie erfahren, wie bestimmte Bewegungen Sie in Schwung halten und wieder ins körperliche Gleichgewicht bringen können.

Einfache Übungen zum Nachmachen und gezieltes Klopfen von Meridianen und Akupressurpunkten runden den Vortrag ab.

Kursleiterin: Birgit Fiedler

1 Abend, Dienstag von 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr

Termin: Dienstag, 23. Februar 2021

Gebühr:

5 Teilnehmer	13,00 € pro Teilnehmer
7 Teilnehmer	10,00 € pro Teilnehmer
9 Teilnehmer	8,00 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktlegast

Workshop „Sag nicht JA, wenn Du NEIN sagen willst“

Oft trauen wir uns nicht, NEIN zu sagen aus Angst vor Zurückweisung oder um den anderen nicht zu verletzen. Andererseits können wir uns nur dann selbst achten und wertschätzen, wenn wir ohne Angst das vertreten, was wir im Inneren für richtig halten. In diesem Workshop erarbeiten wir Strategien, um die eigene Stärke des „Ich“ zu entdecken und lernen Methoden für die Veränderung kennen.

Bitte mitbringen: Stift, Block, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und 2,00 € fürs Skript.

Kursleiterin: Karin Wagner, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Psychologischer Coach, ÜL-AT und PMR

1 Vormittag, Samstag von 09.30 Uhr bis 11.00 Uhr

Termin: Samstag, 13. März 2021

Gebühr:

5 Teilnehmer	27,00 € pro Teilnehmer
6 Teilnehmer	22,00 € pro Teilnehmer
7 Teilnehmer	19,00 € pro Teilnehmer
8 Teilnehmer	16,50 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktkeugast

Positives Denken: Wie lenke ich meine Gedanken um?

Geführte Meditation mit anschließendem Workshop. Denken ist geprägt durch unsere Erziehung, Bildung, Erfahrungen und die Umwelt.

Wie kann ich meine Gedanken lenken und schon im Ansatz positiv gestalten? Ist für mich das Glas halb voll oder halb leer? Hier spielen Schlagwörter wie Dankbarkeit, Toleranz, Akzeptanz und Loslassen eine große Rolle, Freude und Lachen gehören natürlich auch dazu.

Lernen Sie in diesem Workshop, den Ansatz des positiven Denkens.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Kissen. Bequeme Kleidung ist von Vorteil.

Skript kann für ca. 1,50 € erworben werden.

Kursleiterin: Karin Wagner, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Psychologischer Coach, ÜL-AT und PMR

1 Abend, Donnerstag von 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr

Termin: Donnerstag, 29. April 2021

Gebühr:

4 Teilnehmer	25,00 € pro Teilnehmer
6 Teilnehmer	17,50 € pro Teilnehmer
8 Teilnehmer	13,50 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktkeugast

Entspannen lernen

Autogenes Training mit progressiver Muskelentspannung. Wieder in die Ruhe und Gelassenheit gelangen!

Bitte mitbringen: Matte, Decke und Kissen. Bequeme Kleidung ist von Vorteil.

Kursleiterin: Karin Wagner, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Psychologischer Coach, ÜL-AT und PMR

1 Vormittag, Samstag von 09.00 Uhr bis 10.00 Uhr

Termin: Samstag, 16. Oktober 2021

Gebühr:

5 Teilnehmer	21,00 € pro Teilnehmer
6 Teilnehmer	17,50 € pro Teilnehmer
7 Teilnehmer	15,00 € pro Teilnehmer
8 Teilnehmer	13,00 € pro Teilnehmer
9 Teilnehmer	11,50 € pro Teilnehmer
10 Teilnehmer	10,50 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktkeugast

Dehn- und Streckübungen für Senioren mit Progressiver Muskelentspannung

Der Körper und seine einzelnen Körperpartien sollen durch Dehnen und Strecken von Kopf bis Fuß wieder mehr gespürt werden. Alle Übungen werden langsam und mit Bedacht ausgeführt, ohne Schmerzgrenzen zu überschreiten und nur soweit sie körperlich schmerzfrei möglich sind. Ergänzt werden diese Übungen durch progressive Muskelentspannung nach Jacobsen.

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

Kursleiterin: Karin Wagner, Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, Psychologischer Coach, ÜL-AT und PMR

1 Vormittag, Samstag von 10.15 Uhr bis 11.15 Uhr

Termin: Samstag, 16. Oktober 2021

Gebühr:

5 Teilnehmer	21,00 € pro Teilnehmer
6 Teilnehmer	17,50 € pro Teilnehmer
7 Teilnehmer	15,00 € pro Teilnehmer

Ort: Bürgersaal Marktkeugast

Tanz & Musik**Spaß am Tanzen – Tanzen für Anfänger & Wiedereinsteiger**

Dieses Angebot richtet sich an alle Paare, bei denen entweder beide oder auch nur ein Partner geringe oder gar keine Kenntnisse beim Tanzen haben. Hier werden grundsätzliche Kenntnisse im Walzer, im langsamen Walzer, im Discofox und im Foxtrott/Slowfox vermittelt, also die Tänze, die Sie wahrscheinlich am häufigsten brauchen werden.

Kleine Nachricht für unsere Herren: Tanzen macht richtig Spaß! Seid mutig, probiert es aus!

Kursleiter: Josef Lies

10 Abende, jeweils Samstag von 15.00 Uhr bis 16.30 Uhr

Beginn: Samstag, 12. September 2020

Gebühr:

6 Paare	170,00 € pro Paar
8 Paare	130,00 € pro Paar
10 Paare	106,00 € pro Paar
12 Paare	90,00 € pro Paar

Ort: Gemeindesaal Hohenberg

Spaß am Tanzen – Tanzen für Fortgeschrittene

Wenn Sie denken, grundlegende Kenntnisse im Walzer, im langsamen Walzer, im Discofox und im Foxtrott/Slowfox zu haben, vertiefen wir diese gerne. Was halten Sie von folgender Aussage? Es ist besser, in einigen Tänzen, die man fast immer brauchen kann, gute Fertigkeiten zu haben, als von vielen Tänzen nur den Namen zu kennen.

Kleine Nachricht für unsere Herren: Dieser Kurs möchte Ihnen vermitteln, dass der Herr beim Tanzen führt - dann macht tanzen erst richtig Spaß!

Kursleiter: Josef Lies

10 Abende, jeweils Samstag von 16.30 Uhr bis 18.00 Uhr

Beginn: Samstag, 12. September 2020

Gebühr:

6 Paare	170,00 € pro Paar
8 Paare	130,00 € pro Paar
10 Paare	106,00 € pro Paar
12 Paare	90,00 € pro Paar

Ort: Gemeindesaal Hohenberg

Kunst & Kreativität**Tusche- und Aquarellkurs****für Anfänger und Fortgeschrittene**

Im Aquarellkurs für Anfänger und Fortgeschrittene probieren wir uns mit Aquarellfarben und beschäftigen uns mit den möglichen Mal- und Mischtechniken. Motivwünsche- und -vorlagen können gerne zum Kurs mitgebracht werden!

Gerne darf jeder teilnehmen, der Spaß am Malen hat. Mitzubringen sind eigene Materialien und Malutensilien, wenn vorhanden. Alles Weitere wird von der Kursleitung gestellt.

Kursleiterin: Pubea Jaksarn, Rückfragen gerne unter Tel. 0151/26417770

4 Abende, jeweils Mittwoch von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr

Termine: Mittwoch, 23. September 2020, Mittwoch, 30. September 2020, Mittwoch, 7. Oktober 2020, und Mittwoch, 14. Oktober 2020

(abhängig von den Teilnehmern kann es zu Terminverschiebungen kommen)

Gebühr: 22,00 €

Ort: Grund- und Mittelschule Marktkeugast

Anmeldungen und Kursgebühren

- Die Anmeldungen für Kurse nimmt die Verwaltungsgemeinschaft Marktkeugast, Neuensorger Weg 10, Tel. 09255/947-0, entgegen. **Bitte melden Sie sich bis spätestens 14 Tage vor Kursbeginn an.**

- Die Kursgebühr ist bei der Anmeldung zu entrichten bzw. auf folgendes Konto des Marktes Marktkeugast zu überweisen:

IBAN: DE93771500000000036 376,

BIC: BYLADEM1KUB.

- Es wird darauf hingewiesen, dass auch telefonische Anmeldungen verbindlich sind, und dass bei einem unentschuldeten Nichterscheinen die Gebühren zu entrichten sind.
- Ein Kurs findet in der Regel statt, wenn sich mindestens 10 Teilnehmer angemeldet haben. Sollten sich für einen Kurs nicht wenigstens 10 Hörer eingeschrieben haben, ist die Durchführung im Einzelfall mit der Leitung der Volkshochschule abzusprechen. Bei Unterbelegung können Kurse nur durchgeführt werden, wenn die Hörer mit der Entrichtung eines Zuschlages einverstanden sind.
- Im Normalfall werden die Kurse in der Grund- und Mittelschule Marktlegast, Neuensorger Weg 10, abgehalten. Hörergebühren können auf Antrag nur erstattet werden: bei dauerndem Wegzug oder bei ärztlich bescheinigter längerer Erkrankung, die eine ordnungsgemäße Weiterführung des Kurses nicht mehr ermöglicht.
- **Erhalten Sie von uns keine Nachricht, findet der Kurs in jedem Fall statt!**
- **Haftung:** Für Unfälle und Eigentumsverluste übernimmt die Volkshochschule keine Haftung. Die Volkshochschule übernimmt insbesondere keine Haftung bei Gesundheitsschäden, die sich aus der Teilnahme an Gymnastik o.ä. gesundheitsbezogenen Veranstaltungen ergeben.

Leiter der VHS Marktlegast
Erster Bürgermeister Franz Uome

Anmeldungen:

Verwaltungsgemeinschaft Marktlegast
 Stefanie Rau
 Neuensorger Weg 10
 95352 Marktlegast
 Telefon 09255/947-0
 Telefax 09255/947-50
 E-Mail: poststelle@marktlegast.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!

Jetzt **günstig** online **drucken**

Druckkosten vergleichen und bares Geld sparen!



LW-FLYERDRUCK.DE

Ihre Onlinedruckerei von LINUS WITTICH Medien





pro Person
ab 1.999 €
 inkl. Flug, Busrundreise,
 teilweise Halbpension
 und Konzert
**Buchungscode:
 LW21**

Vom 20.1. bis 1.2.2021:
13-tägige Traumreise »Stars unter Afrikas Sternen«

Namibia Rundreise 2021

Windhoek und Umgebung - Sossusvlei - Swakopmund - Etosha

Erleben Sie auf dieser **Busrundreise** eines der schönsten Länder der Welt und die einzigartige Atmosphäre eines Konzertes auf einer namibischen Lodge mit drei Highlights der deutschen Schlagerwelt: **Mickie Krause, Ireen Sheer und Peter Wackel**. Das Konzert „Stars unter Afrikas Sternen 2021“ zugunsten der Reiner Meusch Stiftung FLY & HELP werden Sie noch lange in Erinnerung behalten.

Konzert »Stars unter Afrikas Sternen«



Ireen Sheer, Peter Wackel und Mickie Krause

Ausführlicher Reiseverlauf unter: www.schlagnacht-namibia.de






50 € pro Person vom Reisepreis kommen der Reiner Meusch Stiftung FLY & HELP zugute und werden für einen Schulbau in Afrika verwendet.
www.fly-and-help.de

Jetzt buchen unter:
Tel.: 0214-7348 9548
 (Mo.-Fr. 9-14 Uhr)

E-Mail:
reisen@prime-promotion.de
 Veranstalter: Prime Promotion GmbH

20.1.-1.2. Frankfurt-Windhoek 13-täg. ab 1.999 €

Verwaltungsgemeinschaft aktuell

Aus der Gemeinschaftsversammlung

am 28. Mai 2020

**Franz Uome als Gemeinschaftsvorsitzender bestätigt/
Die Stellvertretung hat weiterhin Werner Burger inne**



Verabschiedet wurden mit einem Weinpräsent die Gemeinschaftsräte Norbert Volk und Artur Vießmann. Unser Bild zeigt (von links) den stellvertretenden Gemeinschaftsvorsitzenden Werner Burger, Artur Vießmann, Norbert Volk und Gemeinschaftsvorsitzenden Franz Uome.

Die Wahl des Gemeinschaftsvorsitzenden und Stellvertreters stand im Vordergrund der Sitzung der Verwaltungsgemeinschaft der Märkte Marktlegast und Grafengehaig im Bürgersaal. Unter der Wahlleitung des Geschäftsstellenleiters Michael Laaber sowie der Gemeinschaftsräte Martin Döring (Marktlegast) und Martin Frisch (Grafengehaig) schlug Erster Bürgermeister Werner Burger aus Grafengehaig seinen Marktlegaster Kollegen, Franz Uome, weiterhin als Gemeinschaftsvorsitzenden vor. Weitere Vorschläge erfolgten nicht. Die mittels Stimmzettel durchgeführte geheime Wahl ergab alle sieben Stimmen für Franz Uome, der die Wahl auf Befragen unter dem Beifall des Gremiums annahm. Für die Wahl des Stellvertreters schlug Bürgermeister Franz Uome seinen Grafengehaiger Amtskollegen, Werner Burger, vor, der ebenfalls alle sieben Stimmen auf sich vereinte und die Wahl ebenfalls annahm.

Neu erlassen werden musste zudem die Geschäftsordnung, da die alte mit Ablauf der Wahlperiode außer Kraft getreten war. Die Gemeinschaftsversammlung übernahm einmütig die neue vom Bayerischen Gemeindetag zur Verfügung gestellte Geschäftsordnung. Erlassen wurde zudem eine Satzung über die Entschädigung für ehrenamtliche Tätigkeit in der Verwaltungsgemeinschaft. Die Satzung wurde bezüglich der Entschädigungshöhe für den Gemeinschaftsvorsitzenden und dessen Stellvertreter auf Grundlage der bisher gezahlten Entschädigungen geändert. Franz Uome und Werner Burger nahmen an der Beratung und Abstimmung nicht teil.

Verabschiedet wurden zwei ausscheidende Gemeinschaftsräte sowie deren Stellvertreter. Nach persönlichen Worten dankte der VG-Vorsitzende, Franz Uome, dem bisherigen Gemeinschaftsrat Norbert Volk für die geleistete Arbeit. Er gehörte seit 1990 der Gemeinschaftsversammlung an und war von 2008 bis 2014 deren Vorsitzender. Der ausgeschiedene Gemeinschaftsrat Artur Vießmann war seit 2014 Mitglied, ebenso sein Stellvertreter Manfred Rodler. VG-Vorsitzender Uome bedankte sich für die stets gute und sachliche Zusammenarbeit im Gremium und überreichte Weinpräsente.

Eheschließungsstandesbeamte

Die ersten Bürgermeister Franz Uome und Werner Burger wurden zudem zu Eheschließungsstandesbeamten bestellt. Die Bestellung ist auf die Vornahme von Eheschließungen am Sitz des Standesamtes Marktlegast und auf die Trauungsräume im Bürgersaal Marktlegast und im Gemeinde- und Bürgerhaus in Grafengehaig beschränkt.

Die Bestellung wird mit der Aushändigung der Bestellurkunden wirksam.

Jahresrechnung 2016

Einstimmig festgestellt wurde die Jahresrechnung für das Haushaltsjahr 2016. Der Verwaltungshaushalt schließt in den Einnahmen und Ausgaben mit 837.103 Euro sowie im Vermögenshaushalt mit 38.023 Euro ab. Vom Verwaltungs- zum Vermögenshaushalt wurden 38.023 Euro zugeführt. Vom Vermögenshaushalt wurde der Überschuss von 26.867 Euro der allgemeinen Rücklage zugeführt. Einmütig beschloss die Gemeinschaftsversammlung die Entlastung zur Jahresrechnung 2016, wodurch diese zum Ausdruck brachte, dass sie mit der Abwicklung der Finanzwirtschaft im Haushaltsjahr 2016 einverstanden ist, auf haushaltsrechtliche Einwendungen verzichtet und die Entlastung erteilt.

kpw

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

Münchberger Str. 13 - 95352 Marktlegast

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

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



HÖRATH
HEIZUNG · SANITÄR

SANITÄRINSTALLATION | BADSANIERUNG
HEIZUNGSBAU | SOLARANLAGEN

Hörath GmbH • Bachmannstr. 18 • 95352 Marktlegast
Tel. 0 92 55 - 80 75 00 • Fax 0 92 55 - 8 07 50 75

www.hoerath.com



Der Bürgermeister des Marktes Marktlegast informiert

Produktion von Mundschutzen aus Bambus in Marienweiher



Inhaber Ambros Rödel (links) mit MdL Martin Schöffel (rechts).



Unser Bild zeigt (von links) Seniorchef Egid Rödel, Inhaber Ambros Rödel mit Ehefrau Elvira, Bürgermeister Franz Uome und MdL Martin Schöffel mit Ehefrau bei der Betriebsbesichtigung.

Am Pfingstamstag fand eine Betriebsbesichtigung in der Weberei Egid Rödel in Marienweiher statt, zu der Inhaber Ambros Rödel den Landtagsabgeordneten Martin Schöffel und Bürgermeister Franz Uome eingeladen hatte.

Dabei wurden die neuen und einzigartigen Mundschutze aus Bambus vorgestellt. Diese werden seit April produziert.



Inhaber Ambros Rödel (links) zeigt MdL Martin Schöffel (Mitte) und Bürgermeister Franz Uome (rechts) die Herstellung des Mundschutzes.

In der Weberei Rödel sind 10 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen beschäftigt. Normalerweise werden dort Maschinenputztücher für die Industrie sowie verschiedene andere Tücher hergestellt. Auch hier ging die Auftragslage durch Corona zurück. Die Kapazitäten wurden dadurch zwangsweise herabgesetzt. Um diese besser nutzen zu können, beschäftigte sich Inhaber Ambros Rödel mit der Idee, Mundschutze aus Bambus herzustellen.

„Viele haben angefangen, zu Hause Mundschutze zu nähen. Die Nachfrage danach wurde immer größer, denn sie wurden überall gebraucht. Deshalb haben wir uns dazu entschlossen, Maschinen und Produktion umzustellen“, so Rödel.

Mittlerweile arbeitet gut die Hälfte der Mitarbeiter an den neuartigen Mundschutzen. Diese bestehen aus 40% Baumwolle und 60% Bambus. Bambus ist ein schnellwachsender Rohstoff, zu 100% kompostierbar und dadurch sehr umweltfreundlich. Bambus hat die doppelte bis dreifache Saugkraft und ist dadurch sehr saugfähig.

Die Feuchtigkeit vom Atem wird weggenommen. Dies ist gerade bei Brillenträgern sehr von Vorteil, da die Brille nicht so schnell anläuft. Bambus ist hautfreundlich, antibakteriell und kochfest bis 95°. Dadurch sind sie sehr steril. Mundschutze aus reiner Baumwolle oder anderen Materialien sind nicht so saugfähig und meist nur bis 60° waschbar und deshalb auch nicht so steril.



Die verschiedenen Farben der Mundschutze.

Der Mundschutz ist doppelt, sprich zweilagig. Dazwischen kann man einen Kaffee- oder Aktiv-Kohlefilter, oder bei Allergikern sogar ein Kräuterkissen, legen. Der Gummizug wird außen mit eingewebt, dadurch wird der Mundschutz außen gerafft. Hinterher wird das Bändchen zum Festmachen noch angenäht. Die Mundschutze gibt es nicht nur mit Trägern hinter die Ohren, sondern auch mit Trägern um den Kopf, was gerade auch ein sehr großer Vorteil bei Hörgeräteträgern ist.

Die Nasenbügel können zum Waschen herausgenommen werden, was den Verschleiß mindert und vorteilhaft ist.



Ambros Rödell erklärt den Mundschutz.

Es gab jedoch die Schwierigkeit, Garn, Metallstäbe und die Bänder zu beziehen. Diese Sachen waren teilweise nicht auf Lager. Die Situation hat sich aber mittlerweile gebessert.

Das neuartige Produkt wurde sogar im Prüfamts Münchenberg nach DIN EN14683 auf die Druckdifferenz geprüft.

Es ist nicht bekannt, dass es andere Hersteller für Mundschutze aus Bambus gibt. Die Idee und die Umsetzung stammen vom Inhaber selbst. Die Mundschutze sind direkt ab Hersteller in der Weberei Rödell in Marienweiher für gewerbliche und private Kunden erhältlich. Der Preis dafür beläuft sich auf 5 Euro.

Andreas Knarr

CSU-Landtagsabgeordneter Martin Schöffel in Marktlegast zu Besuch

Bürgermeister Franz Uome: Das Land Bayern schaut auf seine Kommunen



Im Rahmen seiner Gemeindebesuche war der CSU-Landtagsabgeordnete Martin Schöffel auch in der Marktgemeinde Marktlegast zu Gast. Unser Bild zeigt (von links) CSU-Ortsvorsitzenden und Marktgemeinderat Marc Hartenberger, Landtagsabgeordneten Martin Schöffel und Ersten Bürgermeister Franz Uome.

Beim Besuch des CSU-Landtagsabgeordneten Martin Schöffel bedankte sich Erster Bürgermeister Franz Uome für dessen Arbeit in den letzten sechs Jahren. Uome freute sich über die gute Zusammenarbeit mit Schöffel und dass die erforderliche Errichtung der Abwasserdruckleitung von Neuensorg nach Marktlegast, die 2019 mit Baukosten von 1,4 Millionen Euro fertiggestellt wurde, nachträglich durch die RZWas noch mit einem Zuschuss von ca. 470.000 Euro gefördert wird.

Gut gefahren ist die Oberlandgemeinde zudem beim Projekt Dorfgemeinschaftshaus Steinbach und Feuerwehrstellplatz mit der „Förderoffensive Nordostbayern“. Aktuell steht die Errichtung des Begegnungszentrums mit Arztpraxis an der Kulmbacher Straße 7 im Rahmen einer Mischförderung an, das mit einem Eigenanteil von ca. 600.000 Euro des Marktes Marktlegast bis zum Frühjahr 2022 fertiggestellt sein soll.

Hergerichtet werden müsste nach den Worten Franz Uomes die Bundesstraße B 289 im Bereich Mannsflur-Marktlegast sowie die Staatsstraße 2178 vom Kreisel Neuensorg in Richtung Großrehmühle. Der CSU-Landtagsabgeordnete will auch sein Möglichstes probieren, um für das Millionenprojekt der Innenrenovierung der Marienbasilika und Instandsetzung ihrer Orgel Mittel aus der Bayerischen Landesstiftung zu generieren.

„Zum Abfedern der Gewerbesteuer einbußen durch die Corona-Pandemie können die Gemeinden Bedarfszuweisungen beantragen“, sagte Bürgermeister Franz Uome. Zudem habe die Oberlandgemeinde auch extreme eigene Anstrengungen unternommen, die finanziellen Einnahmen zu verbessern. A

bschließend zeigte sich Bürgermeister Franz Uome froh, dass Bayern auf seine Kommunen schaut und tut, was erforderlich ist.

kpw

www.wittich.de

Mit einer
ANZEIGE
hinterlassen
Sie einen
bleibenden
EINDRUCK

HIER könnte Ihre Anzeige stehen

Empfang im Marktlegaster Rathaus

Alexandra Haber
trug sich ins Gäste- und Ehrenbuch ein



Unser Bild zeigt Alexandra Haber (links) zusammen mit Erstem Bürgermeister Franz Uome (rechts) vor dem Rathaus der Marktgemeinde Marktlegast.

Alexandra Haber wollte schon immer mit Tieren arbeiten und hat sich deshalb beim Tierärzteteam im VET-Center in Obergräfenthal bei Bindlach als Tiermedizinische Fachangestellte ausbilden lassen. Seit 2014 studierte sie in München Tiermedizin und ist im März dieses Jahres fertig geworden. Erfolgreich schloss die 26-jährige Marktlegasterin das Staatsexamen zur Tierärztin ab und bereitet sich derzeit darauf vor, ihre Doktorarbeit zu schreiben. Seit dem 1. Mai 2020 arbeitet Alexandra Haber in der Tierklinik Stadtsteinach zusammen mit Dr. Ingo Schmoltdt.

„Das finde ich klasse“, sagte Marktlegasts Erster Bürgermeister Franz Uome und beglückwünschte seine Mitbürgerin zu dem von ihr gewählten Beruf und dem bestandenen Staatsexamen. Das Gemeindeoberhaupt wünschte Alexandra Haber im Namen der Marktlegaster Bevölkerung alles Gute für ihren weiteren Lebensweg und überreichte ihr ein kleines Präsent. Der Bürgermeister bat die angehende Tierärztin, sich ins Gäste- und Ehrenbuch der Oberlandgemeinde einzutragen, dem Alexandra Haber gerne nachkam.

kpw

Markt Marktlegast aktuell



Unsere Dog-Stationen im Markt Marktlegast

Marktlegast

- in der Weststraße Nähe Netto-Markt
- in der Weststraße Richtung Mannsflur
- in der Jahnstraße
- am Unteren Anger
- in der Webergasse
- am Hohenberger Weg

Marienweiher

- am Zechteich

Mannsflur

- am Marktlegaster Weg
- in Baiersbach

Traindorf

- Fußgängerweg auf Tannenwirthaus

Neuensorg

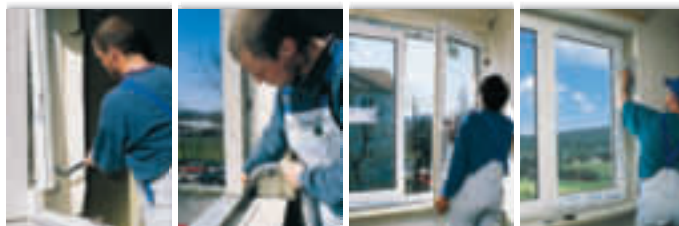
- Vorderreihberg vor der Unterführung

Hohenberg

- am Rad- und Fußweg Richtung Dreschersreuth

Jetzt ist die beste Zeit für eine professionelle Fenstersanierung

.. denn der nächste Winter kommt bestimmt!



- Mit modernen Achenbach-Wärmedämmfenstern sparen Sie viel Heizkosten.
- Da wir alle Fenster selbst herstellen, können wir Sie objektiv beraten ob ein Holz-, Kunststoff- oder Aluminium-EnergieSparfenster zu Ihren Wünschen und Vorstellungen passt.
- Wir sagen Ihnen, wie Sie Ihr Heim effektiv vor Einbruch schützen können.
- Wir garantieren Ihnen termingerechte Fertigung, umweltgerechte Entsorgung der alten Fenster und die fachgerechte Montage Ihrer neuen Fenster.
- Im Zuge der Fenstersanierung bieten wir Ihnen die nachträgliche Dämmung der alten Rollladenkästen und eine große Auswahl an neuen Haustüren.
- Informieren Sie sich im großen Fenster- und Türendstudio in Zell. Wir freuen uns über Ihr Interesse!



ACHENBACH
AUSSEN UND INNEN IN EINKLANG BRINGEN

Achenbach Fensterbau GmbH
Reinersreuther Str. 10 · 95239 Zell
Telefon 0 92 57 / 9 41-0
www.achenbach-zell.de

FENSTER | HAUSTÜREN | ROLLLÄDEN | KUNDENDIENST

Bausteine zum Glück.

Mit Ihrer Spende unterstützen Sie den Bau neuer SOS-Einrichtungen in Deutschland und schenken Kindern das Allerwichtigste – ein Zuhause. Deshalb ist Ihre Hilfe mehr als ein finanzieller Beitrag:
ein Baustein zum Glück.



SOS KINDERDORF

Jetzt spenden!
sos-kinderdorf.de

SOS-Kinderdorf –
weil Kinder ein Zuhause brauchen.



Der Bürgermeister des Marktes Grafengehaig informiert

Ortsentwicklung Grafengehaig:

Besuch des Stimmkreisabgeordneten Martin Schöffel

Ein Dorfhaus, der Dorfladen und schon bald ein Mietshaus mit einem kleinen Park: Die Ortsmitte in Grafengehaig wird noch attraktiver. Bürgermeister Werner Burger und der Gemeinderat haben MdL Martin Schöffel bei seinem Gemeindebesuch die Pläne vorgestellt. „Die Zusammenarbeit mit dem Abgeordneten ist für uns sehr wertvoll. Sowohl bei Fördergeldern, aber auch bei wichtigen Entscheidungen und wenn es um die richtigen Kontakte geht, arbeiten wir gerne und gut zusammen,“ so Bürgermeister Burger.

Die Gemeinde sucht derzeit noch nach einer Lösung für das Areal um das entstehende Mietshaus. Einige Details der möglichen Förderung sind noch nicht geklärt. Möglicherweise kommen für das Projekt mit Kosten von 370.000 Euro Gelder der Förderoffensive Nordostbayern oder des Amtes für ländliche Entwicklung in Frage.

„Ich unterstütze Grafengehaig gerne bei den Bemühungen, den Kernort Grafengehaig weiter zu sanieren und zu beleben. Das neue Dorfgemeinschaftshaus, das wir mit einem sehr attraktiven Fördersatz aus der Förderoffensive Nordostbayern unterstützen können, wird ein Leuchtturm in der Ortsentwicklung und ein wichtiger Baustein, um Einrichtungen der Daseinsvorsorge für die Bürger vorhalten zu können“, so Martin Schöffel.

Problematisch ist für die Gemeinde der Zustand der Kläranlagen. Grafengehaig hat auf seinem Gemeindegebiet für die rund 900 Einwohner sechs Kläranlagen. Die laufenden Kosten sind hierbei dafür verantwortlich, dass kaum Geld für Investitionen bleibt. Von der so genannten Härtefallregelung können aber nur Kommunen profitieren, die hohe Investitionen ins Wasserversorgungssystem geleistet haben. Martin Schöffel hat zugesagt, zur weiteren Planung der Entwässerung ein Gespräch mit den zuständigen Stellen zu erwirken.

Die Räte und Bürgermeister Burger erhoffen sich zudem eine Verbesserung an der Staatsstraße zwischen Großrehmühle und Marktleugast. Dort gibt es enge Kurven, zum Teil fehlende Bankette und eine unebene Oberfläche. Die soll erneut beim staatlichen Bauamt vorgetragen werden und eine Verbesserung erreicht werden.

Markt Grafengehaig aktuell

Aus der Marktgemeinderatssitzung

am 22. Juni 2020

Haushalt 2020



Das Investitionsprogramm der Marktgemeinde sieht für die Jahre 2021 bis 2023 die Ertüchtigung der Kläranlage Grafengehaig mit Kosten von insgesamt 1,3 Millionen Euro vor.



Auf dem Grundstück Hauptstraße 21 soll nach dem Willen des Marktgemeinderates in den Jahren 2021 und 2022, zur Schaffung von benötigtem Wohnraum im Ortskern, mit Kosten von voraussichtlich 1,2 Millionen Euro ein Mehrfamilienwohnhaus errichtet werden. Im Hintergrund (rechts), eingerüstet, das zukünftige Grafengehaiger Dorfgemeinschaftshaus.

Der Haushalt 2020 der Marktgemeinde Grafengehaig hat ein Gesamtvolumen von 4,55 Millionen Euro und ist damit um 400.000 Euro größer als im Vorjahr 2019. Der Verwaltungshaushalt schließt in den Einnahmen und Ausgaben mit 1,885 Millionen Euro und der Vermögensansatz mit 2,667 Millionen Euro ab. Vom Verwaltungs- zum Vermögenshaushalt werden 111.000 Euro zugeführt. „Wir haben in den letzten Jahren bewiesen, dass wir uns selbst finanzieren können. Dazu haben unsere VG-Kämmerin Mandy Knarr und Geschäftsstellenleiter Michael Laaber viel beigetragen. Darauf können wir nach zwölf Jahren Konsolidierung stolz sein und die großen Investitionen aus dem Haushalt bezahlen. 1,3 Millionen Euro sind für das Dorfgemeinschaftshaus Marktplatz 1 bereitgestellt. Über die Sanierung der Straße Weidmes-Guttenberger Hammer, für die wir heuer 260.000 Euro eingestellt haben, müssen wir uns aber nochmals ausführlich unterhalten. Und wir müssen schauen, dass wir noch mehr sparen und weiter Stabilisierungshilfen bekommen, um mit Grafengehaig weiter vorwärts zu kommen, ohne groß neue Schulden zu machen“, betonte Erster Bürgermeister Werner Burger.

Kämmerin Mandy Knarr ging auf wichtige Daten des weiteren Etats 2020 ein: 115.000 Euro werden an Grundsteuer- und 60.000 Euro an Gewerbesteuerzuweisungen erwartet. 412.000 Euro fließen als Gemeindeanteil an den Gemeinschaftssteuern. Auf rund 569.000 Euro, und damit auf knapp 80.000 Euro mehr als im Vorjahr, summieren sich die Schlüsselzuweisungen. Die Benutzungsgebühren sowie Entgelte machen 203.000 Euro aus und an Miet- und Pachteinnahmen fließen 98.000 Euro. An Zuweisungen und Zuschüssen sind 65.000 Euro für den Straßenunterhalt, 88.000 Euro für den Kindergarten sowie 30.000 Euro für das Kanalkataster eingeplant. 25.000 Euro bringen die Konzessionsabgaben.

In den Finanzausgaben schlägt die Zuführung von 111.000 Euro an den Verwaltungshaushalt zu Buch. An Kreisumlage sind 337.000 Euro, und damit knapp 60.000 Euro weniger als 2019, an Kreisumlage zu zahlen. An Umlage an die Verwaltungsgemeinschaft sind 185.000 Euro zu berappen. Die Personalausgaben betragen 292.000 Euro. 150.000 Euro sind für den Unterhalt und die Bewirtschaftung der Grundstücke und baulichen Anlagen vorgesehen, 58.000 Euro für Geräte und Fahrzeuge sowie 57.000 Euro für Mieten und Leasing. 31.500 Euro kostet die Schülerbeförderung sowie 63.000 Euro die Erstattungen an Schulverbände und Gastschulbeträge. 167.000 Euro sind für Kinderbetreuungseinrichtungen eingeplant sowie 22.000 Euro für die Straßenbeleuchtung. 103.000 Euro wurden für die Erstellung des Kanalkatasters und Wasserrechtverfahrens eingestellt.

Die Entnahme von 1,445 Millionen Euro aus der allgemeinen Rücklage ist der Hauptposten der Einnahmen im Vermögenshaushalt, der 2,667 Millionen Euro umfasst. Weitere 1,066 Millionen Euro fließen an Zuweisungen und Zuschüssen. 111.000 Euro kommen aus dem Verwaltungsetat. 1,5 Millionen Euro stehen für den Umbau des Hauses Marktplatz 1 zum Dorfgemeinschaftshaus im Rahmen der Förderoffensive Nordostbayern bereit. 160.000 Euro sind für Straßensanierungen eingestellt.

Für die Kosten des Abrisses der Häuser Eppenreuth 18 sowie Grafengehaig, Hauptstraße 21, sowie die Planungskosten und Freiflächengestaltung sind 481.000 Euro eingeplant. 75.000 Euro werden an Darlehen getilgt. Damit beträgt die Verschuldung des Marktes Grafengehaig zum Jahresende 2020 lediglich noch 147.000 Euro.

Das Investitionsprogramm sieht für die Jahre 2021 bis 2023 die Ertüchtigung der Grafengehaiger Kläranlage mit insgesamt 1,3 Millionen Euro vor. Weiter vorgesehen ist das 2. Förderverfahren zum Breitbandausbau mit knapp einer Million Euro, bei einer Förderung von 90 Prozent. Eingeplant ist die Errichtung eines Wohnhauses auf dem Grundstück Hauptstraße 21 in den Jahren 2021 und 2022 mit insgesamt 1,2 Millionen Euro. Hier wird nach den Worten von Bürgermeister Werner Burger mit einer Förderung von 30 Prozent gerechnet.

„Die Haushaltslage des Marktes Grafengehaig hat sich positiv entwickelt. Durch die Haushaltskonsolidierung konnten Schulden abgebaut und gleichzeitig Rücklagenmittel aufgebaut werden. Auch im vergangenen Jahr unterstützte der Freistaat Bayern den Markt in Form von Stabilisierungshilfen“, sagte Burger. Wie der Markt Grafengehaig die Auswirkungen der Coronapandemie zu spüren bekommen wird, bleibe abzuwarten. Von einer Verschlechterung der finanziellen Situation kann jedoch ausgegangen werden.

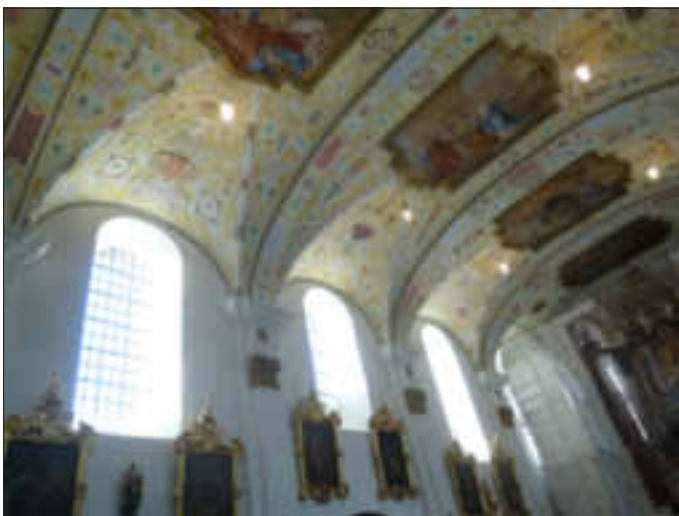
Um von den positiven Effekten der Konsolidierung gerade jetzt möglichst lange profitieren zu können, sollte die Marktgemeinde weiterhin an der Haushaltskonsolidierung festhalten, schloss Erster Bürgermeister Werner Burger.

Der Marktgemeinderat stimmte der Haushaltssatzung für das Jahr 2020 einstimmig zu. Kreditaufnahmen für Investitionen und Investitionsfördermaßnahmen sind nicht vorgesehen. Die Steuerhebesätze sind bei der Grundsteuer A mit 390 vom Hundert (v.H.) sowie die Grundsteuer B mit 380 v.H. und Gewerbesteuer mit 330 v.H. festgesetzt. Einmütig stimmte das Ratsgremium auch dem Finanzplan für die Jahre 2019 bis 2023 zu.

kpw

Kirchliche Nachrichten Kath. Kirchengemeinde Marienweiher-Marktlegast

Pfingsten Hochfest der Wallfahrt im Corona-Jahr



Die prachtvollen Bandelwerkstuckaturen am Deckengewölbe.

Obwohl im Zusammenhang mit den Renovierungsarbeiten in der Wallfahrtsbasilika Marienweiher alles getan wurde, um am Pfingstwochenende, dem ersten Hochfest der Wallfahrt nach Marienweiher, zumindest das Kirchenschiff für die Wallfahrtsgruppen öffnen zu können, hatte nun die Corona-Krise dieses Bemühen zunichte gemacht. Wie in anderen Wallfahrtsorten musste auch die Pfarrei Marienweiher den Wallfahrtsgruppen absagen.



Das Deckengemälde, welches die Verkündigung, den Besuch Maria bei Elisabeth, die Geburt Jesu und dessen Darstellung im Tempel zeigen.



Ein Blick in den Festgottesdienst.

Trotz der Absage, trafen aber dann doch während des ganzen Pfingstwochenendes in gebotenen Abstand zueinander kleinere Wallfahrtsgruppen ein. Symbolisch wollten diese Wallfahrer auch im Corona-Jahr die ununterbrochene Tradition der Wallfahrt nach Marienweiher nicht abbrechen lassen.

Was die Renovierung der Wallfahrtskirche angeht, so liegen die Arbeiten voll im Zeitplan. Die Arbeiten im Kirchenschiff konnten in den letzten Tagen abgeschlossen werden.

Es erstrahlen die prachtvollen Bandelwerkstuckaturen am Deckengewölbe, die vor genau 300 Jahren der Bamberger Hofstuckateur Johann Vogel geschaffen hatte, wieder in ihren zarten Gelb- Blassrosa- und Grautönen.

Eindrucksvoll präsentieren sich auch wieder die Deckengemälde, welche die Verkündigung, den Besuch Maria bei Elisabeth, die Geburt Jesu und dessen Darstellung im Tempel zeigen.

Da nun die Renovierungsarbeiten im Altarraum fortgesetzt werden, wird dieser mit einer großen Fotoleinwand abgetrennt und der Hauptaltar im Bild darstellt.

Aufgrund der eingeschränkten Teilnehmerzahl am Gottesdienst, haben sich die Franziskanerpatres vom Kloster Marienweiher entschieden, am Sonntag neben dem Gottesdienst um 08.00 Uhr und 10.30 Uhr, eine weitere Messfeier um 09.15 Uhr anzubieten. Reichte der Platz trotzdem nicht aus, bestand und besteht auch in Zukunft die Möglichkeit, auf dem Kirchenvorplatz im gebührenden Abstand zu anderen Gottesdienstbesuchern den Gottesdienst zu verfolgen und zur Kommunion in die Kirche zu kommen. Auf das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes wird stets hingewiesen.



Wallfahrtsseelsorger P. Aurelian Ziaja verlässt nach dem Festgottesdienst am Pfingstsonntag mit den Ministranten die Basilika und grüßt die Besucher auf dem Kirchenvorplatz, die sich einzeln oder in kleinen Gruppen dort eingefunden hatten, um den Gottesdienst zu verfolgen. Nur wenige Kerzen branden an der Lourdesgrotte, wo ansonsten hunderte von Kerzen Maria hell erstrahlen lassen.

Wenn Wallfahrer für ihre Verstorbenen und Angehörigen Messfeiern bestellen wollen, können sie dies auch durch Überweisung von Euro 5,00 €, mit Angabe der Intention, auf das Konto der Kirchenverwaltung tun. Die IBAN-Konto Nr. DE 30 7706 9868 0000 5124 27 bei der Raiffeisenbank Oberland, kann auch für Spenden für die Kirchenrenovierung – Verwendungszweck „Beitrag zur Kirchenrenovierung“ – verwendet werden. Aufgrund der fehlenden Wallfahrtsgruppen, aber auch der abgesetzten Gottesdienste, ist die Kirchenverwaltung gerade im Renovierungsjahr für jede Opfergabe dankbar.

Oswald Purucker

Gottesdienstordnung der Pfarrei Marienweiher

Marienweiher

Gottesdienst am Sonntag: 08.00 Uhr und 10.30 Uhr

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

Gottesdienst am Donnerstag: 09.30 Uhr

Rosenkranz am Freitag: 18.00 Uhr

Marktkeugast

Gottesdienst am Sonntag: 09.15 Uhr

Gottesdienst am Dienstag und Freitag: 19.00 Uhr

Gottesdienst am Donnerstag: 09.00 Uhr

Rosenkranz am Samstag um 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

Neuensorg

Rosenkranz am Freitag: 17.00 Uhr

Pfarrmitteilungen

Die Pfarrwallfahrt nach Vierzehnheiligen muss in diesem Jahr auf Grund der Corona-Pandemie leider entfallen.

Wallfahrtsbasilika Marienweiher

Pilgerbüro Marienweiher

Öffnungszeiten

des Pilgerbüros Marienweiher

Montag und Donnerstag von 10.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Außerhalb der Dienstzeiten ist Herr Josef Daum telefonisch erreichbar unter

Tel. 09267/ 1575 oder Tel. 0171/ 5309345

Klosterladen Marienweiher



Der Klosterladen ist vorübergehend geschlossen!

Bei dringendem Bedarf können Sie sich gerne unter folgenden Telefonnummern melden:

09255/ 96123

09255/ 1584

09255/ 7550

**Selig der Mensch, der den Nächsten
in seiner Unzulänglichkeit genauso erträgt,
wie er ertragen möchte.**

Franz von Assisi

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



Ihr
Klosterladenteam



Marienkirche
Stammbach

Evang.-Luth. Kirchengemeinde

Stammbach-Mannsflur



Bethlehemkirche
Mannsflur

Gottesdienste und Veranstaltungen unter Vorbehalt

Sonntag, 12.07.2020

08.45 Uhr Gottesdienst in Mannsflur mit Pfr. Müller

Dienstag, 14.07.2020

Gottesdienst im Seniorenheim Marktkeugast als Lesegottesdienst

Sonntag, 19.07.2020

09.30 Uhr Berggottesdienst auf dem Weißenstein Stammbach mit Pfrin. Sahlmann

Donnerstag, 23.07.2020

19.30 Uhr Kirchenvorstandssitzung im Gemeindesaal Stammbach, Schulstr. 1

Sonntag, 26.07.2020

10.15 Uhr Konfirmation, Abendmahlsgottesdienst in der Marienkirche Stammbach mit Pfrin. Sahlmann

Dienstag, 28.07.2020

Gottesdienst im Seniorenheim Marktkeugast als Lesegottesdienst

Dienstag, 04.08.2020

Gottesdienst im Seniorenheim Marktkeugast als Lesegottesdienst

Die Gottesdienste in Mannsflur finden bei schönem Wetter draußen auf der Wiese statt.

Evang. Kirchengemeinde Grafengehaig

Geistlicher Pfingstspaziergang in Grafengehaig



Weil es immer noch teils gravierende Einschränkungen gab, hat die evangelische Kirchengemeinde in Grafengehaig ihren Pfingstgottesdienst am 31. Mai nicht in der Kirche feiern können.

Also gab es als Alternative einen „geistlichen Pfingstspaziergang“. In angemessenen Abständen folgten etliche Teilnehmer dem Kreuz auf dem Weg durch den Ort. Fünf Stationen wurden markiert durch Birken, die mit weißen Schleifen dekoriert waren. Die Gläubigen hörten auf biblische Worte und Gebete und sprachen gemeinsam im Wechsel ein Lied-Gebet, einen

Psalm. An zwei Stationen wurden fröhlich-pfingstlich in großem Abstand zueinander kurze Liedverse gesungen, von Susanne Schramm am Keyboard begleitet. Der Abschluss mit Vaterunser und Segen fand ganz oben in Grafengehaig statt, bei der Hohenreuther Siedlung. Und ganz zum Schluss stimmten alle a cappella das schöne Paul-Gerhard-Lied von Gottes schöner Schöpfung an: Geh aus mein Herz und suche Freud!

Pfingsten als Geburtstag der Kirche, als Fest des Heiligen Geistes, hat auf diesem Weg einen ganz anderen Rahmen gehabt als sonst - und gab Mut und Kraft und Zuversicht für die kommende Zeit.

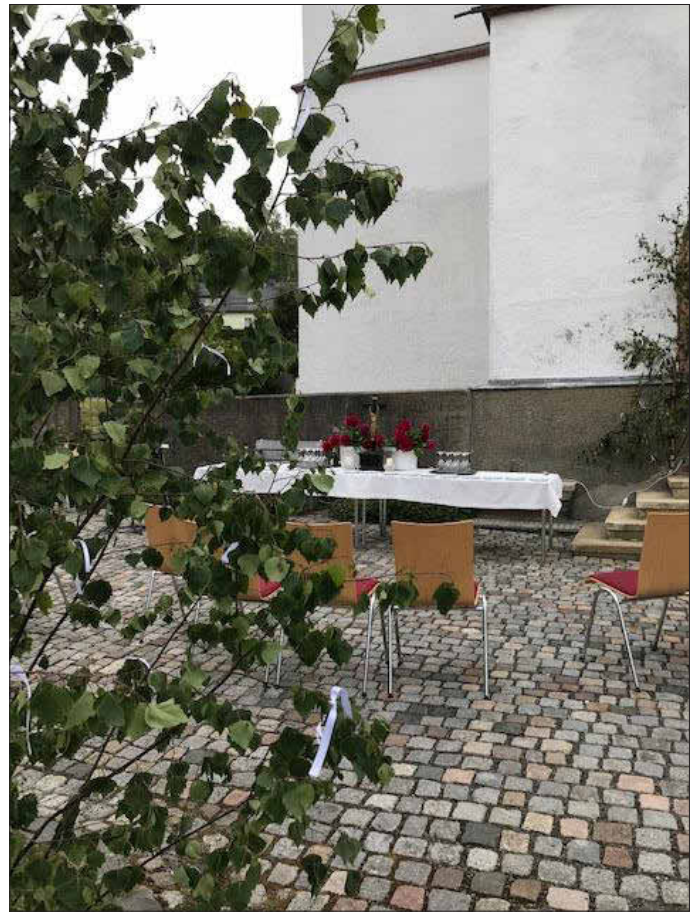
Pfarrerin Heidrun Hemme



Konfirmation in Grafengehaig



Pfarrerin Heidrun Hemme (links) mit Konfirmandin Vanessa Viessmann (rechts).



Konfirmation mit Gottesdienst im Freien.

Am Pfingstsonntag nach dem Pfingstspaziergang feierte Vanessa Viessmann aus Eppenreuth in Grafengehaig ihre Konfirmation mit einem Gottesdienst im Freien.

Trotz Wind und relativer Kühle zum Wort von der Liebe: *Nun aber bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei. Aber die Liebe ist die Größte unter ihnen!*

12 Mitglieder ihrer Familie feierten mit ihr, als Vertreter der Kirchengemeinde waren drei KirchenvorsteherInnen dabei - alle in einem guten Abstand voneinander, aber miteinander verbunden durch den Heiligen Geist an diesem Pfingst-Konfirmationsgottesdienst.

In einem großen Kreis um die Konfirmandin segneten Pfarrerin, Familienmitglieder und GemeindevertreterInnen: *Gott Vater, Sohn und Heiliger Geist gebe Dir seine Gnade, Schutz und Schirm vor allem Bösen, Stärke und Hilfe zu allem Guten. Dass Du bewahrt werdest zum ewigen Leben. Friede sei mit Dir! Amen!*

Pfarrerin Heidrun Hemme

WITTICH
W
MEDIEN

LINUS WITTICH

Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.



Ich bin für Sie da...

Nicole Kraus

Ihre Gebietsverkaufsleiterin vor Ort

Wie kann ich Ihnen helfen?

Mobil: 0151 52046086

Fax: 09191 723242

n.kraus@wittich-forchheim.de

www.wittich.de

Anzeigenwerbung | Beilagenverteilung | Drucksachen

WITTICH
W
MEDIEN

LINUS WITTICH

Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.

Mit einer Anzeige...

die Oma und den Opa

ganz stolz machen.

Anzeige online aufgeben

wittich.de/gruss

Gerne auch telefonisch unter Tel. 09191 7232-0

Eine Veröffentlichung der **WITTICH Medien KG** Foto: fotolia.com / Robert Kneschke

Vereinsleben Marktlegast

Gesang & Musik



Musikverein 1895 Marktlegast

Standkonzert des Musikvereins Marktlegast

Eigentlich hätte an diesem Wochenende vom 20. Juni, von Donnerstag bis Sonntag, der Musikverein mit einem großen Programm sein 125-jähriges Jubiläum gefeiert. Doch Corona machte, wie fast allen anderen Veranstaltungen und Festen auch, einen dicken Strich durch die Rechnung. Doch so ganz wollte sich der Musikverein nicht damit abfinden und das Jubiläum in Vergessenheit geraten lassen.

Nachdem in den letzten Wochen doch einige Lockerungen genehmigt wurden, durfte auch der Musikverein Marktlegast am eigentlichen Festsamstag auf dem „Floriansplatz“, einer der schönsten neu gestalteten Plätze des Marktes, im Schatten der Kirche, ein Standkonzert unter der Leitung von Julian Will abhalten „um ein Lebenszeichen von uns zu geben“ und um den neuen Termin für das Jubiläum öffentlich bekanntzugeben.

Vorsitzender Georg Purucker konnte dazu viele Besucher willkommen heißen, darunter auch Bürgermeister Franz Uome, der sich freute, dass wieder ein bisschen Normalität einkehrt. Purucker machte darauf aufmerksam, den geforderten Abstand einzuhalten, so wie ihn auch die Musiker eingehalten haben. Mit dem „Lied der Franken“ hat die Kapelle das 40-minütige Konzert eröffnet und die Besucher großartig unterhalten. Alle haben sich gefreut, endlich wieder einmal Livemusik mitzuerleben.

Als neuen Termin des Jubiläums nannte der Vorsitzende die Tage vom 9. bis zum 12. Juni 2022. Weil im nächsten Jahr der Musikverein Marktlegast in den Sommermonaten schon voll ausgebucht ist, wie auch die Gastgruppen, muss das Jubiläum um zwei Jahre verschoben werden. Purucker hofft, dass dann auch alle wieder dabei sind, der Programmablauf ist der gleiche, wie er in diesem Jahr gewesen wäre.

Der Auftakt ist am Donnerstag, den 9. Juni, mit „Serenade in Flammen - Feuer und Musik“. Hier findet zunächst in der Dreifachsporthalle ab 20.00 Uhr ein kurzer Festkommers statt, danach beginnt auf der Freifläche vor der Halle das große Spektakel.

Zur Musik des Orchesters in Konzertbesetzung bietet der Mittelalterverein „Castra Vita“ aus Eggersdorf eine Feuerschau, dazu gibt es eine Lichtschau durch Cenk Uzun aus Helmbrechts. Die Gäste sollen möglichst in roter Kleidung kommen und das etwa einstündige Konzert genießen.



An einem der schönsten Plätze von Marktlegast, im Schatten der Kirche, erinnerte der Musikverein Marktlegast die Bewohner daran, dass eigentlich das große 125-jährige Vereinsjubiläum stattgefunden hätte.

Auch das Catering wird gehobene Speisen und Getränke anbieten, wie Champagner und Pastetchen.

Der zweite Tag, Freitag, der 10. Juni, gehört der Jugend. Ab 20.00 Uhr spielt in der Dreifachsporthalle die Partyband „Lipstick“. Interessant: der Schlagzeuger von Lipstick hat 2016, als Jim Schramm wegen Krankheit ausgefallen ist, beim Musikverein Marktlegast ausgeholfen.

Am Samstag, den 11. Juni, steigt mit dem Gastspiel von „Cuba Boarisch 2.0“ mit Leo Meixner der Höhepunkt des Festes. Meixner war Studienkollege von Peter Weiß, dem Leiter des Marktlegaster Orchesters.

Der Festsonntag beginnt mit einem ökumenischen Festgottesdienst in der Dreifachsporthalle mit dem Posaunenchor Veitlahm. Zum anschließenden Frühschoppen spielt die Kupferberger Stadtkapelle. Um 13.00 Uhr beginnt der große Festzug am Netto-Markt, er führt bis zur Gaststätte „Zur Quelle“ und weiter über das Seniorenheim zum Schulsportplatz, wo der Massenchor zum Kreismusikfest die Hymnen intoniert. Danach werden sich bis zum Abschluss des Festes die Dorfmusik Rugendorf, der Musikverein Burghaig und der Musikverein Burgkunstadt auf der Bühne ablösen, um die Gäste zu unterhalten.

Gut zu wissen:

Das Video vom Standkonzert kann auf der Homepage des Musikvereins, auf Instagram und auf Facebook angeschaut werden.

Helmut Engel



Metzgerei Markus Ebner

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



Angebot der Woche*

vom 30.07. bis 19.08.2020

Fleischwurst zart geräuchert abgeb.	100 g € 0,89
Eiersalat hausgemacht.....	100 g € 0,79
Krakauer gekocht im Ring	100 g € 0,95
Fleischkäse, kalt	100 g € 0,99
Spießbraten gefüllt, bratfertig gewürzt ...	100 g € 0,95
Putenschnitzel natur	100 g € 1,10
Hackfleisch gemischt.....	100 g € 0,89

Angebot der Woche*


vom 20.08. bis 09.09.2020

Wurstsalat m. Majo	100 g € 0,99
Salamiaufschnitt, sortiert	100 g € 1,39
Gelbwurst o. Kn. vom Stück.....	100 g € 0,99
Pizzafleischkäse, kalt.....	100 g € 0,99
Schweine-Schäuferle	100 g € 0,85
Schweinegeschnetzeltes gewürzt, bratfertig	100 g € 0,99
Roastbeef zart abgehangen.....	100 g € 2,40

* Solange Vorrat reicht; Änderungen vorbehalten!

Unsere Öffnungszeiten sind

Mo. 7.30 – 13.00 Uhr,
Di. – Fr. 7.30 – 18.00 Uhr, Sa. 7.00 – 12.00 Uhr



Treffpunkt Deutschland.de

Urlaub in der Heimat

Die Reisemagazine von LINUS WITTICH.

Foto: drublog-photo - Fotolia

Vereinsleben Grafengehaig

Natur & mehr



**Frankenwaldverein e.V. -
Ortsgruppe Grafengehaig**



**Frankenwaldverein e.V.
Ortsgruppe Grafengehaig
im Naturpark Frankenwald**



Wanderverband Bayern ruft zum Wandern auf

Sieben wichtige Sicherheitsregeln zur Vermeidung von Infektionen

- 1. Touren geschickt auswählen und Empfehlungen beachten:** Wanderer und Bergwanderer sollten sich Strecken und Ziele aussuchen, die weniger bekannt und damit nicht so stark frequentiert sind wie die sogenannten Hotspots. Die meisten Wanderer wählen Rundwege für ihre Touren aus, wovon viele eine empfohlene Richtung haben. Die Wandervereine sind aufgefordert, für Rundwege ohne Richtungsempfehlungen solche zu erstellen. Wenn sich alle an die Empfehlungen halten, minimieren sich die Begegnungen auf dem Weg.
- 2. Weniger Risiko eingehen:** Es sollten keine anspruchsvollen Touren ausgewählt werden, die die persönliche Leistungsgrenze übersteigen. Gerade jetzt sollte der Gesundheitsaspekt des Outdoor-Sports im Vordergrund stehen – nicht der Leistungsaspekt.
- 3. Immer Abstand halten:** Auch unter freiem Himmel gelten die Abstandsregeln – mindestens 1,5 m zu anderen Personen. Vor allem auf schmalen Waldwegen und Pfaden bedeutet das: Beiseite gehen und andere passieren lassen. Schnelle Wanderer müssen ihre Geschwindigkeit womöglich anpassen. Forciertes Überholen sollte man derzeit vermeiden. Gegenseitige Verständigung ist wichtig: Lieber einmal ein kleines Stück zurückgehen, um besser aneinander vorbei zu kommen.
- 4. Rituale unterlassen:** Vertrautes wie Shakehands, Umarmungen am Gipfel oder das Teilen einer Trinkflasche sind in Corona-Zeiten tabu.
- 5. Desinfektionsmittel mitnehmen:** Dies ermöglicht das Einhalten der Hygieneregeln, auch wenn man sich auf der Wanderung nicht die Hände mit Seife und heißem Wasser waschen kann.
- 6. Mund- und Nasenschutz mitnehmen:** Auch wenn er während des Wanderns nicht getragen werden muss, sollte man einen Mund- und Nasenschutz dabei haben. Es könnte zu Situationen kommen, in denen dieser benötigt wird, etwa bei einem Notfall.
- 7. Auf alle Fälle vorbereitet sein:** Wanderführer und geübte Wanderer haben immer ein Erste-Hilfe-Päckchen dabei. Derzeit sollte man besonders darauf achten, dass das Set auch Handschuhe enthält.

Vorstand

Weitere Mitteilungen und Informationen

Die AOK Bayern informiert: Mehr Krankmeldungen während der Corona-Pandemie

Krankenstand in Bayern 2019



Krankenstand in Prozent

- 5,6–6,4
- 5,3–5,5
- 5,0–5,2
- 4,5–4,9
- 3,7–4,4

Bayern: 4,8

Datenbasis: AOK-versicherte Beschäftigte

© Statistik-DE (BIBIS 2019)

AOK Bayern, WAG

Krankenstand in Oberfranken 2019



Krankenstand in Prozent

- 5,6–6,4
- 5,3–5,5
- 5,0–5,2
- 4,5–4,9
- 3,7–4,4

Oberfranken: 5,6
Bayern: 4,8

Datenbasis: AOK-versicherte Beschäftigte



© Statistik-DE (BIBIS 2019)

AOK Bayern, WAG

Einen deutlichen Anstieg der Krankmeldungen verzeichnete die AOK Bayern während der Corona-Pandemie. So waren zwischen 16. März und 5. April 2020 im Durchschnitt 54 Prozent mehr AOK-Mitglieder krankgeschrieben als im Vorjahr. Die Diagnose Corona selbst spielt in diesem Zeitraum mit durchschnittlich 1,5 Prozent eine untergeordnete Rolle. „Uns liegt darüber hinaus noch keine Auswertung nach Krankheitsursachen vor, aber schon jetzt lässt sich sagen, dass sich während der Hochphase der Corona-Pandemie deutlich mehr Versicherte krank gemeldet haben als in den Vorjahren“, so Ilona Birner von der AOK-Direktion Bayreuth-Kulmbach. In den Osterferien (6. bis 19. April) hat sich die Zahl der Krankmeldungen dann wieder normalisiert - und lag sogar im Schnitt um 4 Prozent unter dem Vorjahreszeitraum.

Im Landkreis Kulmbach gibt es genauso viele Krankmeldungen wie im Vorjahr

Während für 2020 noch keine detaillierte Analyse der Krankheits-Zahlen vorliegt, stehen aktuelle Auswertungen für 2019 jetzt zur Verfügung. Demnach sind AOK-versicherte Arbeitnehmer im Landkreis Kulmbach kränker als im bayernweiten Vergleich. Mit 5,8 Prozent liegt der Krankenstand über dem Bayernwert von 4,8 Prozent. Im Vergleich zum Vorjahr haben sich genauso viele Beschäftigte krank gemeldet.

Atemwegserkrankungen sind der häufigste Grund für Krankschreibungen. 44,8 Krankmeldungen je 100 erwerbstätige AOK-Mitglieder gab es im vergangenen Jahr wegen dieser Krankheitsart. Auf Muskel-/Skeletterkrankungen entfielen 32,8 Arbeitsunfähigkeitsfälle, auf Verletzungen 16,7 Krankmeldungen und auf Erkrankungen des Verdauungssystems 16,6 Krankmeldungen. „Geht es um die Dauer der Erkrankung, so verursachen Muskel- und Skeletterkrankungen von allen Krankheitsarten immer noch die meisten Ausfalltage“, so Ilona Birner. Statistisch gesehen war deswegen 2019 jeder AOK-versicherte Arbeitnehmer aus dem Landkreis Kulmbach 7,2 Tage krankgeschrieben. 3,7 Fehltage ergaben sich aus Verletzungen und 2,9 Krankheitstage wegen Atemwegserkrankungen. Insgesamt war im Freistaat durchschnittlich jeder AOK-versicherte Arbeitnehmer 17,5 Kalendertage krank, im Landkreis Kulmbach waren es im Schnitt 21,2 Tage.

Im Norden mehr, im Süden weniger Krankschreibungen

Unverändert gibt es in Bayern ein deutliches Nord-Süd-Gefälle: Während in Oberfranken der Krankenstand mit 5,6 Prozent am höchsten war, betrug er in Oberbayern lediglich 4,2 Prozent. Die Ursachen hierfür: Nordbayerische Unternehmen haben deutlich ältere Belegschaften. Oberbayerische Arbeitgeber dagegen profitieren von einem starken Zuzug jüngerer Arbeitnehmer.

„Um arbeitsbedingte Erkrankungen zu vermeiden, unterstützen wir seit über 20 Jahren Unternehmen aus unserer Region beim betrieblichen Gesundheitsmanagement“, so Ilona Birner. Allein im AOK-Direktionsbereich Bayreuth-Kulmbach nutzen jährlich rund 90 Unternehmen diesen Service. Bayernweit waren es allein im vergangenen Jahr 2.800 Unternehmen. Vor allem kleinere und mittelständische Unternehmen profitieren von individuellen Angeboten für einen gesunden Arbeitsplatz. 40 Prozent der Unternehmen mit langfristigen Projekten zur Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) beschäftigen weniger als 100 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Blutspende in Bayern

Jetzt nur nicht nachlassen!

Die Aufkommenssituation im Rahmen der Blutspende ist derzeit bundesweit von starken, regionalen Unterschieden geprägt. Während bedingt durch den raschen Anstieg der aus den Kliniken gemeldeten Bedarfe in einigen Teilen der Republik akute Knappheit an Blutkonserven herrscht, ist die Lage in Bayern am unteren Rand stabil.

Die Versorgung mit überlebenswichtigen Blutpräparaten ist aktuell gesichert. Darüber sind wir als Blutspendedienst sowie viele Patientinnen und Patienten in den Krankenhäusern sehr froh und dankbar. Gleichzeitig darf diese Momentaufnahme mit Blick auf die bevorstehende Sommerzeit und weiteren Lockerungen der Corona-Auflagen kein falsches Signal sein. Vor allem vor dem Hintergrund ansteigender Bedarfe aus den Kliniken, welche die Ferienzeiten nutzen, um Corona-bedingt verschobene Operationen nun nachzuholen.

Aufgrund der begrenzten Haltbarkeiten von Blutpräparaten ist und bleibt ein kontinuierliches Engagement der Menschen im Freistaat unabdingbar. Jetzt nur nicht nachlassen, lautet daher die Devise, um weiterhin sicher durch die anstehenden Sommermonate zu gelangen.

Da die Situation noch immer sehr dynamisch ist, müssen wir äußerst flexibel reagieren – **mitunter kommt es sehr kurzfristig zu Terminlokänderungen oder -verschiebungen.**

Aus diesem Grund verweisen wir hinsichtlich der angebotenen Termine auf unsere Homepage oder auf die kostenfreie Hotline.

Es wird empfohlen, kurz vor dem Blutspendetermin nochmals auf www.blutspendedienst.com/termine oder kostenfrei unter Telefon 0800/ 11 949 11 zwischen 08.00 Uhr und 17.00 Uhr **zu prüfen, ob und wann der Termin stattfindet.**

Hintergrundinformationen über die Blutspende in Bayern:

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, Rückkehrer aus Risikogebieten und Menschen mit direktem Kontakt zu Coronavirus (SARS-CoV-2)-Erkrankten werden nicht zur Spende zulassen.**

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 240 freiberuflich tätigen Untersuchungsärzten und rund 12.500 ehrenamtlichen Helfern aus den 73 Kreisverbänden des BRK organisiert der BSD jährlich ungefähr 4.400 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.

Persönliche Beratungen im Autkom



Wir freuen uns, Ihnen mitteilen zu können, dass wir die persönliche Beratungstätigkeit unter Berücksichtigung der vorgegebenen Hygienemaßnahmen wieder aufgenommen haben.

Unser Organisations- und Hygieneplan befindet sich auf unserer Homepage, bei Bedarf stellen wir Ihnen diesen auch zur Verfügung.

Bitte beachten Sie, eine persönliche Beratung kann nur nach vorheriger Terminvereinbarung im Autkom, Burgkunstadt, stattfinden.

Unsere Außensprechstunden in Bamberg, Hof, Bayreuth, Coburg und Marktredwitz werden vorerst bis Ende August 2020 nicht bedient.

Sobald sich hier etwas ändert, werden wir Sie informieren.

Ihr Autkom-Team Oberfranken