Gemeinde WUTÖSCHINGEN
. . . lebenswert

AMTSBLATT

Donnerstag, 05. November 2026 **Ausgabe: 44 / 2026**



07. November 2026

Fasnachtseröffnung 2026 / 2027
Narrenzunft „Frösche“, Musikverein Wutöschingen und Fanfarenzug
Trotte Wutöschingen, 19.11 Uhr

Notrufnummern

Polizeiposten Wutöschingen 9285-0
(während der Dienstzeit)

Polizeirevier Waldshut 0 77 51 / 8316-531
(rund um die Uhr)

Notfälle / Notrufnummer 110
(ohne Vorwahl, rund um die Uhr
beim Polizeipräsidium Freiburg)

Rettungsdienst und Feuerwehr 112

Hausärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117 oder www.docdirekt.de

Krankentransport 0 77 51 / 19 222

Zahnärztliche Bereitschaft
Der zahnärztliche Bereitschaftsdienst ist über den Anrufbeantworter des jeweiligen Zahnarztes zu erfahren.

Tierärztliche Bereitschaft „Tino 24/7“
Landkreis Waldshut – Ost: 0 77 41 / 6 97 49 99

Wasserversorgung 01 72 / 72 63 049

Stromversorgung 0 77 41 / 833-631

Badenova - Gasversorgung 08 00 / 2 767 767

Pflegedienste / Sozialeinrichtungen

Pflegestützpunkt
Landkreis Waldshut 0 77 51 / 86-42 52

Seniorenzentrum „Sonnengarten“
Wutöschingen, Hauptstraße 22 92 788-0

Pflegedienst Sozialstation „Oberes Wutachtal“
Wutöschingen 0 77 46 / 92 97 62
Hausnotruf 0 77 51 / 80 11 21

Pegasus – Ambulanter Pflegedienst
Klettgaustr. 27, Lauchringen 0 77 46 / 92 84 545

Telefon Seelsorge Lörrach - Waldshut
Anrufe gebührenfrei! 08 00 / 1 11 01 11

Frauen- und Kinderschutzhaus
Landkreis Waldshut 0 77 51 / 35 53

donum vitae - Schwangerschaftsberatungsstelle
Waldshut 0 77 51 / 89 82 37

Diakonisches Werk Hochrhein 0 77 51 / 83 04-0

Weisser Ring - Opfertelefon
Außenstelle Waldshut 01 51 / 551 647 32

Lebenshilfe Südschwarzwald e.V.
Familienunterstützender Dienst 0 77 41 / 96 995 24

Amb. Hospizdienst Hochrhein 0 77 51 / 80 23 33

Caritas Hochrhein
Soziale Beratung 0 77 51 / 80 11-0
Gemeindepsychiatrie 0 77 41 / 68 69 44 3

Dienstbereitschaft der Apotheken

Unsere Apotheke vor Ort:
Sonnenapotheke Wutöschingen
Hauptstraße 26 ☎ 07746 / 9293090

Am kommenden Wochenende haben folgende Apotheken Dienstbereitschaft:

Samstag, den 07. November 2026
Engel-Apotheke im E-Center Waldshut-Tiengen
Industriestr. 3, Waldshut-Tiengen
0 77 41 / 8 09 97 00

Sonntag, den 08. November 2026
Apotheke am Seidenhof
Hauptstr. 12, Waldshut-Tiengen 0 77 41 / 75 51

Den aktuellen Notdienstplan erhalten Sie unter:
Internet: https://www.lak-bw.de/notdienstportal/
Festnetz: 0800 00 22 8 33 (kostenlos)
Handy: 22 8 33 (ohne Vorwahl, max. 69 ct/Min)

Öffnungszeiten Rathaus

Montag und Freitag	08.00 - 13.00 Uhr
Dienstag und Donnerstag	08.00 - 12.00 Uhr 14.00 - 17.00 Uhr
Mittwoch	08.00 - 12.00 Uhr 14.00 - 18.30 Uhr

Terminvereinbarungen außerhalb der Öffnungszeiten sind in Absprache mit dem Sachbearbeiter möglich.

Kontakt ins Rathaus

Telefonzentrale 0 77 46 / 852-0

E-Mail-Postfach gemeinde@wutoeschingen.de

Amtsblatt
E-Mail-Postfach amtsblatt@wutoeschingen.de
Telefon Inserate 0 77 46 / 852-0
Telefon Vereinsmitteilungen 0 77 46 / 852-0

IMPRESSUM
Amtsblatt der Gemeinde Wutöschingen:

Gemeinde WUTÖSCHINGEN ...lebenswert

Herausgeber und Druck:
Gemeinde Wutöschingen · Kirchstraße 5 · 79793 Wutöschingen
www.wutoeschingen.de

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:
Rainer Stoll, Bürgermeister

Redaktion:
Gemeindeverwaltung Wutöschingen, ☎ 07746 / 852-0,
amtsblatt@wutoeschingen.de

AMTLICHE BEKANNTMACHUNG

Abfuhrtermine in unserer Gemeinde

Biotonne 

Am **Donnerstag, den 05. November 2026** wird in unserer Gemeinde (alle Ortsteile) die Biotonne eingesammelt**.**

Restmüll 

Am **Donnerstag, den 12. November 2026** wird in unserer Gemeinde (alle Ortsteile) der Restmüll eingesammelt.

Gelbe Säcke 

Am **Freitag, den 13. November 2026** wird in unserer Gemeinde (alle Ortsteile) der gelbe Sack eingesammelt. Bitte stellen Sie das Sammelgut am Abfuhrtag bis 06.00 Uhr zur Abholung bereit.

Altpapiersammlung 

Ortsteil Schwerzen
Der Musikverein Schwerzen führt am **Samstag, den 07. November 2026** im Ortsteil Schwerzen eine Altpapiersammlung durch.

Bitte legen Sie das Papier (keine Kartonagen) bis spätestens 09.00 Uhr mit Schnüren oder Klebeband gebündelt sichtbar an den Straßenrand.

Altmetallsammlung 

Ortsteil Wutöschingen
Die Freiwillige Feuerwehr Wutöschingen führt am **Samstag, den 07. November 2026** im Ortsteil Wutöschingen eine Altmetallsammlung durch.

Bitte stellen Sie Ihr Altmetall im Ortsteil Wutöschingen am Samstag um 08.00 Uhr an die Straße. Sollte es für Sie nicht möglich sein Ihren Schrott selbstständig an die Straße zu stellen, dann melden Sie dies bitte unter s.jehle@feuerwehr-wutoeschingen.de oder ☎ 07746 / 919507 an.
Kühl- und Gefriergeräte, Ölfässer mit Restmengen, Druckbehälter (z.B. Feuerlöscher) dürfen wir nicht mitnehmen.

Alle Abfuhrtermine unserer Gemeinde finden Sie auch unter der Webseite des Landkreises:
https://www.abfall-landkreis-waldshut.de/de/termine/

Seniorenkalender für das Quartal IV/2026 05.11.2026 – 12.11.2026

Dienstag, 10. November 2026

Gottesdienst
Andachtsraum des Seniorenzentrums – Pflegeheim
um 15.15 Uhr

Organisation:
Seniorenzentrum „Sonnengarten“ Wutöschingen
☎ 07746 / 92788-0

Spielenachmittag
Sitzungssaal des Rathauses Wutöschingen
von 14.00 - 17.00 Uhr

Organisation:
Gemeindeverwaltung Wutöschingen
Doris Storz-Weißenberger ☎ 07746 / 852-15

Mittwoch, 11. November 2026

Spiele- und Bastelnachmittag
Pfarrsaal Pater Stanislaus
um 14.30 Uhr

Organisation:
Altenwerk Wutöschingen
Astrid Strittmatter ☎ 07746 / 2737

Einwohnerzahlen

Im Oktober 2026 wurden in der Gemeinde Wutöschingen folgende Einwohnerzahlen registriert:

Zugänge	48
Abgänge	53

Einwohnerzahlen am 31.10.2026:

Wutöschingen	2.626
Horheim	2.028
Degernau	953
Schwerzen	1.101
Ofteringen	281
Gesamtgemeinde	**6.989**

Standesamtsnachrichten für Oktober 2026

Eheschließungen:

12. Oktober 2026	Melisa Tas & Mohamadmustafa Alkhattab Altmühlenstr. 7, 79793 Wutöschingen

24. Oktober 2026	Jan Strittmatter & Jaqueline Nusser Ofteringer Str. 5b, 79793 Wutöschingen

Sterbefälle:

26. September 2026	Reimund Stoll Auenstr. 16, 79793 Wutöschingen
29. September 2026	Bruno Stanisch Egginger Str. 11, 79793 Wutöschingen
16. Oktober 2026	Agnes Remmele Küssaburgstr. 26, 79793 Wutöschingen

Geburten:

- / -

Mitteilungen des Landratsamt Waldshut

Kulturamt

"Die Schweizer - Talk" mit dem renommierten Politologen und Autor Prof. Dr. Markus Freitag

Zu Gast ist der renommierte Politikwissenschaftler **Prof. Dr. Markus Freitag**, der an der Universität Bern lehrt. Als gebürtiger Höchenschwander und langjähriger Wahl-Schweizer kennt er beide Seiten der Grenze wie kaum ein anderer. Mit feinem Humor und scharfem Blick widmet er sich in seinem neuen Buch der Schweizer Mentalität: **Wie viel Schweiz steckt in Ihnen?**

Freuen Sie sich auf einen erkenntnisreichen, charmanten und unterhaltsamen Vormittag!

Sonntag, 29. November 2026, 11:30 Uhr im Schloss Bonndorf
Moderation: Thomas Dörflinger, MdB a.D.
Freier Eintritt.

Reservation: per E-Mail an **kultur@landkreis-waldshut.de** oder telefonisch unter ☎ +49 7751 867401

Workshop Angebote Regionalgruppe Waldshut – Lörrach – Müllheim

Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V.

Brot, Brötchen, Zopf & Chrättimaa - gesund und glutenfrei durch den Advent

Wer es schon probiert hat, weiß: glutenfrei backen muss man lernen. Ein Teig mit glutenfreiem Mehl verhält sich anders, als man das vom glutenhaltigen kennt. Unter fachkundiger Anleitung kann man in Gemeinschaft mit anderen Betroffenen erste Schritte machen oder sein Wissen und Können ausbauen.

Eltern-Kind-Workshop für Menschen mit Zöliakie
Wann: Freitag, 20. November 2026,
16.00 – ca. 20.00 Uhr
Wo: Küche der Hans-Thoma-Schule Laufenburg
Kosten: 30 € pro Eltern-Kind-Tandem

Leitung: Claudia Marchlewski, Ernährungsberatung Hochrhein, Diätassistentin VDD in eigener Praxis. Die IKK Classic unterstützt den Workshop im Rahmen der Selbsthilfeförderung. Es können 8 Tandems teilnehmen.

Back-Workshop für Erwachsene mit Zöliakie und ihre Bezugspersonen
Wann: Samstag, 21. November 2026,
9.00 – ca. 13.00 Uhr
Wo: Küche der Hans-Thoma-Schule Laufenburg
Kosten: 30 € pro Teilnehmerin oder Teilnehmer
Leitung: Claudia Marchlewski, Ernährungsberatung Hochrhein, Diätassistentin VDD in eigener Praxis. Die IKK Classic unterstützt den Workshop im Rahmen der Sebsthilfeförderung. Es können 16 Menschen teilnehmen.

Back-Workshop für Eltern und Kinder
Wann: Sonntag, 22. November 2026,
9.00 – ca. 13.00 Uhr
Wo: Küche der Hans-Thoma-Schule Laufenburg
Kosten: 30 € pro Eltern-Kind-Tandem
Leitung: Claudia Marchlewski, Ernährungsberatung Hochrhein, Diätassistentin VDD in eigener Praxis. Die DAK unterstützt den Workshop im Rahmen der Sebsthilfeförderung. Es können 8 Tandems teilnehmen.

Anmeldung formlos per Mail an glutenfrei-waldshut@kp-dzg-online.de. Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben. Sie erhalten bei Anmeldung eine Mail mit den Kontodaten zur Überweisung des Teilnahmebeitrags. Sobald dieser eingeht, ist der Platz fest für Sie reserviert.

Neues aus dem Pflegestützpunkt

PFLEGE STÜTZPUNKT SEEBAUERNBERG LANDKREIS WALDSHUT

Pflegeberatung – im Rathaus Wutöschingen

Eine individuelle Beratung rund um das Thema Pflege, mit allen wichtigen dazugehörigen Informationen.
Sie haben hierzu Fragen, benötigen Unterstützung bei der Beantragung eines Pflegegrades oder bei der Auswahl von Hilfs-und Pflegeangeboten, dann sind wir gerne für Sie da.

Terminvereinbarung unter:
Langenbacher Dorothea unter ☎ 07751/864245
E-Mail: dorothea.langenbacher@landkreis-waldshut.de
oder Rathaus Wutöschingen
Frau Doris Storz ☎ 07746 / 85215
E-Mail: dstorz@wutoeschingen.de

Zeit
09.00 Uhr – 13.00 Uhr

Termine
11.11.2026 ab 09.00 Uhr
09.12.2026 ab 09.00 Uhr

Digital-Kompass Waldshut – in Kooperation mit Stoll-Vita-Stiftung

Vortragsreihe „Leben in der digitalen Welt“

Die diesjährige Vortragsreihe der ehrenamtlichen Digitallotsen zu digitalen Themen endet am **Montag, den 16. November 2026** mit einem weiteren Beitrag. Hierfür braucht es keine Anmeldung. Interessierte sind herzlich in den Räumen der Stoll-Vita-Stiftung in Waldshut willkommen.

Thema des Vortrags:

KI - Nutzen und Risiken für mein Smartphone

Wann: **Montag, den 16. November 2026**; 18.00 Uhr
Referenten: Peter Mostowys und Jürgen Ziegler, Digitallotsen
Wo: Stoll-VITA-Stiftung, Emma-Stoll-Weg 2 in Waldshut
Eingang gegenüber vom Kaufland.
Eintritt frei.

Inhalt:

Was ist Künstliche Intelligenz (KI)? Werden KI-Systeme bereits über das Smartphone genutzt? Welche Vorteile bietet diese Technologie? Wie steht es um den Datenschutz? Diese und weitere Fragestellungen werden verständlich erläutert. Zudem wird auf eine aktuelle Variante des „Enkeltricks“ hingewiesen und es werden fünf grundlegende Regeln für den Umgang mit einer KI vorgestellt. Außerdem werden KI-Anwendungen live von den Referenten demonstriert.

Die Vortragsreihe „Leben in der digitalen Welt“ wird im nächsten Jahr fortgesetzt.
Weitere Auskünfte unter ☎ 0172 740 7954 (Frau Ahnert) oder per Mail an digitallotsen-waldshut@t-online.de

DRK-Blutspendedienst

Jetzt Ruck geben: Zu zweit zur Herbst-Blutspende und Happy Socks sichern

Der DRK-Blutspendedienst Baden-Württemberg – Hessen lädt ein: Vom **28. September bis 27. November 2026** gemeinsam Blut spenden, Leben retten und als Dankeschön exklusive Happy Socks im DRK-Design mit nach Hause nehmen.

Manchmal braucht es nur den richtigen Anstoß. Der DRK-Blutspendedienst liefert ihn mit der Aktion „Du+1“: Wer vom **28. September bis 27. November 2026** eine Person erstmals zur Blutspende mitbringt oder direkt zusammen zum ersten Mal Blut spenden kommt, erhält exklusive Happy Socks im Blutspende-Design – bunt, limitiert und nur in diesem Aktionszeitraum erhältlich. Ob Freund, Kollegin oder Nachbar: Wer noch nie Blut gespendet hat, findet jetzt den perfekten Moment für die erste gute Tat. Denn mit einer einzigen Spende können bis zu drei Leben gerettet werden. Allein in Hessen und Baden-Württemberg werden täglich etwa 3.000 Blutkonserven benötigt. Jede Spende zählt.

Leben retten hat Style und ist einfacher als viele denken: Die eigentliche Blutentnahme dauert nur 10 bis 15 Minuten, der gesamte Ablauf inklusive Gesundheitscheck, Arztgespräch und Ruhepause etwa eine Stunde. Spenden darf jede gesunde Person ab 18 Jahren mit einem Körpergewicht von mehr als 50 kg. Zusätzliches Plus: Jede*r Spender*in erhält vor Ort einen kostenlosen kleinen Gesundheitscheck – inklusive Blutdruck, Puls und Eisenwert. Die Aktion gilt auf allen mobilen Blutspendeterminen in Baden-Württemberg und Hessen sowie in den DRK-Blutspendeinstituten in Mannheim, Ulm, Frankfurt und Kassel. Jetzt Termin buchen und den ersten Schritt machen – am besten gleich zu zweit.

Dass Blut spenden jedem gut steht, bestätigt auch Nora Löhlein, Pressesprecherin beim DRK-Blutspendedienst Baden-Württemberg – Hessen: „*Manchmal braucht es einen kleinen Ruck: Wir wissen, dass viele Menschen hin und wieder überlegen, ob sie Blut spenden sollen – und die Entscheidung dann aber doch noch mal vertagen. Genau für diese Menschen ist unsere Happy Socks-Aktion gemacht: ein konkreter Anlass, ein Freund oder eine Freundin an der Seite und ein stylisches Dankeschön obendrauf. Es gibt keinen besseren Moment als jetzt, um mit einer guten Tat zu starten.*“

Weitere Informationen rund um das Thema Blutspende unter www.blutspende.de oder telefonisch kostenfrei unter ☎ **0800 11 949 11**.

NÄCHSTER TERMIN in 79793 WUTÖSCHINGEN

Mittwoch, dem 25. November 2026
von 14.30 Uhr bis 19.30 Uhr
Alemannenhalle, Wutachstraße 5

Jetzt Termin buchen**:** www.blutspende.de/termine

Deutsche Rentenversicherung

Rentensprechtag

Der Versichertenberater der Deutschen Renten-versicherung, Uwe Deckert, bietet jeweils am **Montag** und

Mittwoch von 08.00 – 16.00 Uhr kostenfreie Rentenberatung inklusive Kontenklärung und Rentenantragstellung, auch für Grenzgänger, in der Brühlstraße in Wutöschingen an.

Telefonische Voranmeldung unter ☎ 0171 539 8911. Falls der Anruf nicht entgegengenommen werden kann, erfolgt ein Rückruf.

Gutmeldung zum Weltmännertag Gesundheitsbewusste Männer im Südwesten Trendsetter: Männer aus dem Ländle nutzen Präventionsangebote

Rückenschmerzen, Schlafprobleme oder anhaltender Stress – häufig sind das erste Anzeichen dafür, dass die Belastungen des Alltags gesundheitliche Spuren hinterlassen. Wer diese Warnsignale ernst nimmt, kann gezielt gegensteuern. Das haben die baden-württembergischen Männer erkannt. Knapp 51 Prozent der Anträge auf Prävention bei der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg (DRV BW) entfielen 2025 auf Männer, fast 15 Prozent mehr als im bundesweiten Vergleich.

Mit RV Fit rechtzeitig gegensteuern

Mit dem kostenfreien Präventionsprogramm RV Fit (www.rv-fit.de) unterstützt die DRV BW berufstätige Versicherte dabei, rechtzeitig gegenzusteuern. Das Programm verbindet Bewegung, gesunde Ernährung und Stressbewältigung. Ziel ist es, die Gesundheit nachhaltig zu stärken und die Erwerbsfähigkeit möglichst lange zu erhalten. Eine erste Orientierung bietet zudem der Ü45-Onlinecheck der DRV BW unter www.drv-bw.de/ueber45-onlinecheck.

Mit nur sieben Fragen zu Gesundheit und beruflichen Belastungen erhalten Menschen ab 45 Jahren eine erste Einschätzung und Hinweise auf mögliche Präventions- oder Rehabilitationsangebote.

AUS- UND WEITERBILDUNGEN / SEMINARE

Bundesagentur für Arbeit Agentur für Arbeit Lörrach

Wiedereinstieg: Jetzt komm ich! Offenes Beratungsangebot für Frauen am 25. November 2026 zwischen 09.00 Uhr und 11.00 Uhr

Sie wollen beruflich durchstarten und vielleicht ganz neue Wege gehen?
Sie wissen aber nicht so richtig, wie Sie es anpacken sollen?
Die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt Sonja Schäfer (☎ 07621 / 178-305) und Ninja Wildemann (☎ 07621 / 178-727) beraten Sie gerne unverbindlich und ohne vorherige Anmeldung.

Ort: Raum 3.42, Agentur für Arbeit Lörrach, Brombacher Str. 2, 79539 Lörrach

Azubi-Speed-Dating: Chance auf Ausbildungs- und duale Studienplätze 2027

Jugendliche, die sich für eine Ausbildung oder ein duales Studium im Jahr 2027 interessieren, haben am **Donnerstag, den 26. November 2026**, die Möglichkeit, acht Arbeitgeber in kurzen Gesprächen kennenzulernen.
Das Azubi-Speed-Dating findet von 14.00 bis 15.30 Uhr in der Agentur für Arbeit Lörrach (Brombacher Straße 2, BiZ-Gruppenraum E.14) statt.

Im direkten Austausch mit Unternehmen können Bewerberinnen und Bewerber innerhalb weniger Minuten von sich überzeugen und wertvolle Kontakte knüpfen.
Interessierte Jugendliche sollten für jedes gewünschte Kurzinterview einen Lebenslauf in Papierform mitbringen.
Es kann zu Wartezeiten kommen.

VERSCHENKBÖRSE

Der Gemeindeverwaltung sind folgende Gegenstände zur kostenlosen Abgabe gemeldet worden.
Wenn Sie Interesse daran haben, setzen Sie sich bitte mit der entsprechenden Telefonnummer in Verbindung.

Lfd.Nr.	Gegenstand	Telefon
1	1 Komplettset Toner 131A (b, y, c, m) OVP 1 Komplettset Toner 131 A gebraucht, für HP LaserJet Pro 200 color	07746 / 2887

Die Verschenkbörse erreichen Sie unter ☎ 07746 / 852-0 oder per Mail an amtsblatt@wutoeschingen.de (bitte geben Sie im Betreff „Verschenkbörse“ an).

Alle Artikel, welche bis zum Anzeigenschluss eingehen, erscheinen im nächsten Amtsblatt.
Erreicht uns keine anderslautende Meldung, wird der Gegenstand nach einer einmaligen Veröffentlichung automatisch gestrichen. Tiere können in der Verschenkbörse nicht angeboten werden.

FEUERWEHR WUTÖSCHINGEN

Abteilung Wutöschingen

Unsere Altmetallsammlung im Ortsteil Wutöschingen findet wieder statt!

Unsere nächste Altmetallsammlung findet am **Samstag, den 07. November 2026** statt.
Bitte stellen Sie Ihr Altmetall im Ortsteil Wutöschingen am Samstag um 08.00 Uhr an die Straße. Sollte es für Sie nicht möglich sein Ihren Schrott selbstständig an die Straße zu stellen, dann melden Sie dies bitte unter s.jehle@feuerwehr-wutoeschingen.de oder ☎ 07746 / 919507 an.
Kühl- und Gefriergeräte, Ölfässer mit Restmengen, Druckbehälter (z.B. Feuerlöscher) dürfen wir nicht mitnehmen.

Jugendfeuerwehr

Am morgigen **Freitag, den 06. November 2026** findet von 18.00 bis 19.30 Uhr eine sportliche Probe für beide Gruppen statt.
Bitte bringt Sportbekleidung und Turnschuhe mit.
Treffpunkt ist um 17.45 Uhr am Feuerwehrhaus Wutöschingen.

Indiakaturnier
Am kommenden **Sonntag, den 08. November 2026** besuchen wir das diesjährige Indiakaturnier der Kreisjugendfeuerwehr Waldshut. Ausrichter ist in diesem Jahr die Jugendfeuerwehr Tiengen.
Genaue Informationen wurden den Teilnehmern mitgeteilt.

Hauptversammlung
Unsere diesjährige Hauptversammlung für das Berichtsjahr 2026 findet am **Samstag, den 21. November 2026** im Feuerwehrhaus Wutöschingen statt.
Wir beginnen um 17.00 Uhr mit einem gemeinsamen Essen und starten anschließend mit unserer Versammlung unter folgender

T a g e s o r d n u n g

1. Begrüßung durch die Jugendwartin
2. Bekanntgabe der Tagesordnung
3. Bericht der Schriftführerin
4. Bericht der Kassenführerin
5. Bericht der Kassenprüfer
6. Entlastung der Kassenführerin
7. Bericht der Jugendwartin
8. Übernahme zur Aktiven Wehr / Beginn Probejahr
9. Wahlen
    a. 2 Jugendsprecher*innen
    b. Kassierer*in
    c. Schriftführer*in
    d. 2 Beisitzer*innen
10. Unsere Gäste haben das Wort
11. Verschiedenes, Wünsche und Anträge

Anzugsordnung: Übungsanzug mit JF-Polo-Shirt

Sollte eine Teilnahme aus wichtigem Grund nicht möglich sein, so bitten wir um Rückmeldung bis spätestens **Freitag, den 13. November 2026** direkt an unsere Jugendwartin.

FUNDBÜRO
Fund- und Verlustanzeigen

Gefunden

- kabellose Bluetooth-Kopfhörer von „Hama“
  (am 16.10. in Horheim unter der Brücke der Bundesstraße)
- Schlüsselbund mit 2 Schlüsseln und Garagenöffner
  (am 27.10. im Äckerle in Degernau)
- Schlüssel mit blauem Beschriftungsschild „Waldshut“
  (am 03.11. bei der Sparkasse in Wutöschingen)
- Nordic-Walking-Stöcke mit Handschlaufen „Leki“
  (letzte Woche im Degernauer Wald Nähe Giebelrundweg)

Näheres erfahren Sie beim Fundbüro
im Rathaus Wutöschingen oder unter ☎ 852-0.

Neues Zuhause?
Online anmelden.

Jetzt auch für Wutöschingen!
www.wohnsitzanmeldung.de

KIRCHLICHE NACHRICHTEN

RÖM.-KATH. KIRCHENGEMEINDE AN DER WUTACH

Samstag, 07. November 2026

07.30 Uhr	Ofteringen	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer Hannes Rümmele
17.00 Uhr	Erzingen	Ministranten- und Jugendgottesdienst Vorsteher/in: Pfarrer Julian Donner

Sonntag, 08. November 2026

08.00 Uhr	Ofteringen	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pater Christoph Eichkorn
09.00 Uhr	Bühl	Wort-Gottes-Feier Vorsteher/in: Hildegard Strittmatter, Werner Strittmatter
10.30 Uhr	Horheim	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer Frank Malzacher
18.00 Uhr	Ofteringen	Betstunde für Kranke

Montag, 09. November 2026

07.30 Uhr	Ofteringen	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer i.R. Karl Boll

Dienstag, 10. November 2026

10.00 Uhr	Erzingen	Eucharistiefeier; BeneVit Haus Apfelblüte Vorsteher/in: Pfarrer Dr. Veit Rutkowski
10.00 Uhr	Grießen	Eucharistiefeier; Tagespflege der Sozialstation, Haus Marktplatz Vorsteher/in: Pfarrer Frank Malzacher
15.15 Uhr	Wutöschingen	Eucharistiefeier, AWO Seniorenzentrum Sonnengarten Vorsteher/in: Pfarrer i.R. Thomas Denoke
19.00 Uhr	Ofteringen	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer i.R. Karl Boll

Mittwoch, 11. November 2026

07.30 Uhr	Ofteringen	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer i.R. Karl Boll
08.00 Uhr	Erzingen	Schülergottesdienst
09.15 Uhr	Wutöschingen	St. Martinsfeier der Kindertagesstätte Pater Stanislaus
18.00 Uhr	Erzingen	St. Martinsfeier der Kindertagesstätte St. Josef
18.30 Uhr	Schwerzen	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer Frank Malzacher

Donnerstag, 12. November 2026

07.30 Uhr	Ofteringen	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer Hannes Rümmele

Freitag, 13. November 2026

07.30 Uhr	Ofteringen	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer Dr. Veit Rutkowski
17.00 Uhr	Ofteringen	Kreuzwegandacht um den Frieden; Johannesraum

Samstag, 14. November 2026

07.30 Uhr	Ofteringen	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer Hannes Rümmele
15.30 Uhr	Wutöschingen	Wort-Gottes-Feier mit Kommunion, AWO Seniorenzentrum Sonnengarten Vorsteher/in: Carmen Würth
18.30 Uhr	Schwerzen	Eucharistiefeier mitgestaltet vom Kirchenchor Wutöschingen *Francesco Giacalone, Theresia Baumgartner, Verstorbene des Kirchenchor Wutöschingen* Vorsteher/in: Pfarrer Frank Malzacher
18.30 Uhr	Rechberg	Wort-Gottes-Feier mit Narrentaufe des Narrenverein Lätta-Schübel Rechberg Vorsteher/in: Johann Klee

Sonntag, 15. November 2026

08.00 Uhr	Ofteringen	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer i.R. Karl Boll
09.00 Uhr	Riedern a.S.	Eucharistiefeier Vorsteher/in: Pfarrer Frank Malzacher
09.00 Uhr	Weisweil	Wort-Gottes-Feier Vorsteher/in: Johann Klee
17.00 Uhr	Geißlingen	Eucharistiefeier *Alfons Frey, Erich, Alois und Walter Indlekofer; Egon Binkert, Paula Hauser, Jahrtagsamt; Werner Hauser, Sabine Müller* Vorsteher/in: Pfarrer Dr. Veit Rutkowski
18.00 Uhr	Ofteringen	Betstunde für Kranke
19.00 Uhr	Erzingen	Taizé-Gebet; Krypta

MITTEILUNGEN DER KIRCHENGEMEINDE

Rosenkranzgebete

Degernau	mittwochs / samstags vor der Eucharistiefeier 18.00 Uhr
Erzingen	freitags 17.30 Uhr
Geißlingen	dienstags 18.30 Uhr bzw. vor der Eucharistiefeier 18.00 Uhr
Grießen	donnerstags 18.30 Uhr bzw. vor der Eucharistiefeier 18.00 Uhr
Horheim	dienstags / freitags 18.30 Uhr bzw. vor der Eucharistiefeier 18.00 Uhr
Ofteringen	samstags, sonntags und dienstags nach der Eucharistiefeier
Riedern	mittwochs alle 14 Tage bzw. vor der Eucharistiefeier 18.00 Uhr
Schwerzen	montags / freitags 18.30 Uhr
Wutöschingen	dienstags / donnerstags 18.30 Uhr und vor der Eucharistiefeier 18.00 Uhr

Krippenspiel Degernau
Auch in diesem Jahr wollen wir an Heilig Abend ein Krippenspiel in der Kirche Degernau aufführen.
Unser erstes treffen für die Rollenverteilung und zum Kennenlernen findet am morgigen **Freitag, 06. November 2026** um 15.30 Uhr in der Kirche Degernau statt.
Die Proben sollen dann immer freitags um 15.30 bis ca. 17.00 Uhr in der Kirche Degernau stattfinden.

Bei Fragen oder Infos dürft ihr euch an Manuela Stanisch, ☎ 0176 7590525 oder Bianca Kugel, ☎ 0152 52833639 wenden.
Wir freuen uns über alle bisherigen, aber natürlich auch über neue Mitspieler und Mitspielerinnen.

Krippenspiel Schwerzen
Sei dabei! In der Pfarrkirche Schwerzen.
Die Weihnachtszeit naht und wir möchten für den **24. Dezember 2026** das traditionelle Krippenspiel einstudieren!
Rollenvergabe Wo und Wann: **06. November 2026** um 15.30 Uhr im Pfarrheim Schwerzen
Alle weiteren Proben: Jeden Freitag bis Weihnachten um 15.00 Uhr in der Kirche St. Johannes der Täufer Schwerzen.

Ansprechpartner: Simone Weissenberger,
☎ 07746 928133.

Altenwerk St. Maria Magdalena Wutöschingen
Unser nächstes Treffen ist am **Mittwoch**, **den 11. November 2026**, 14.30 Uhr**,** im Pfarrsaal in der Unterkirche.
„Mir bastlet, spielet und schwätzet“ und wollen gemeinsam kreative Stunden verbringen. Die Bastler mögen bitte eine Schere und die Spieler ein von ihnen bevorzugtes Spiel (falls vorhanden) mitbringen.
Das Team vom Altenwerk lädt dazu herzlich ein. Auch neue Gäste sind herzlich willkommen.
Wir freuen uns auf euch.

Adventkränze der Ministranten Horheim-Schwerzen
Die Adventszeit naht. Wir binden wieder Adventskränze auf Bestellung.
Der Erlös ist für die Ministranten Horheim-Schwerzen.
Sie können gerne die Kerzenfarbe und Kranzgröße angeben.
Telefonische Bestellung bis **20. November 2026** bei Brigitte Indlekofer, ☎ 07746 927233 (ab 18.00 Uhr).

Wort-Gottes-Feier im Pflegeheim
Herzliche Einladung zur Wort-Gottes-Feier im Pflegeheim in Wutöschingen am **Samstag, den 14. November 2026** um 15.30 Uhr.
Bitte bringen Sie Ihr Gotteslob mit.

Taizé-Gebet in Erzingen
Das Taizé-Gebet ist ein ökumenisches Abendgebet mit meditativen Gesängen aus Taizé, einem kurzen Bibeltext, Fürbitten und gemeinsamem Schweigen.
Termin am **Sonntag, 15. November 2026** um 19.00 Uhr in der Krypta der kath. Kirche St. Georg Erzingen

FFF laden ein - Auf dem Weg ins neue Leben...
Anita Althaus hat während ihres Berufslebens fast 20 Jahre lang immer wieder Menschen auf deren Heilweg auch über die Pfade des Camino begleitet.
So reifte in ihr der Gedanke, als Brücke in ihren neuen Lebensabschnitt als Rentnerin, sich selbst auf den Weg nach Santiago di Compostella zu machen. Von Horheim aus startete sie Anfang Mai 2026 und plante gut 5 Monate Zeit ein für die etwa 2400 km lange Strecke.
Einige Eindrücke und Erlebnisse aus dieser besonderen Zeit für sich selbst teilt Anita am **Mittwoch, 18. November 2026** um 19.00 Uhr mit Allen - Frauen UND Männer 👀 - die sich an diesem Abend auf den Weg in die Unterkirche nach Wutöschingen (Pfarrsaal unter der Kath. Kirche) machen.
Die Fröhlich Frommen Frauen laden sehr herzlich alle Interessierten dazu ein - der Eintritt ist frei – freuen tun wir uns, wenn jemand spenden mag zu Gunsten des neuen Vereins PURPUR LEBEN e.V.

Abwesenheiten
Alle Pfarrbüros sind am **Dienstag, den 10. November 2026** geschlossen.

Röm. Kath. Kirchengemeinde An der Wutach
www.kath-anderwutach.de

Leitung

Hannes Rümmele, Leitender Pfarrer
☎ 07751 8314-113, h.ruemmele@kath-anderwutach.de
Julian Donner, Stellv. Leitender Pfarrer
☎ 07703 920801, Julian.Donner@kath-anderwutach.de
Helga Bing, Leitende Referentin
☎ 07751 8314-115, h.bing@kath-anderwutach.de
Winfried Ebner, Pfarreiökonom
☎ 07744 9201-11, winfried.ebner@vst-stuehlingen.de

Johannes Graumann, Stellv. Pfarreiökonom
☎ 07744 9201-28, johannes.graumann@vst-stuehlingen.de

Seelsorgeteam vor Ort

Frank Malzacher, Kooperator
☎ 07742 97039-10, malzacher@kath-anderwutach.de

Dr. Veit Rutkowski, Kooperator
☎ 07742 97039-10, rutkowski@kath-anderwutach.de
Richard Dressel, Kooperator
☎ 07745 7248, richard.dressel@kath-anderwutach.de
Pater Christoph Eichkorn, Kooperator
☎ 0160 4771752, Christoph.eichkorn@kath-anderwutach.de
Ramona Mick, Referentin für Ehrenamtskoordination
☎ 07742 8505675, ramona.mick@kath-anderwutach.de

Pfarrbüros

Erzingen, Degernauer Straße 71, 79771 Klettgau
☎ 07742 5271, karin.fricker@kath-anderwutach.de
Donnerstag 09.00 bis 11.00 Uhr

Grießen, Erzinger Straße 4, 79771 Klettgau
☎ 07742 9333601, anna-lena.zink@kath-anderwutach.de
Dienstag 09.00 bis 11.00 Uhr
Mittwoch 09.00 bis 11.00 Uhr

Wutöschingen, Kirchstraße 3, 79793 Wutöschingen
☎ 07746 5440, Mobil 0162 9099732,
manuela.stanisch@kath-anderwutach.de
Dienstag 09.00 bis 11.00 Uhr 14.00 bis 16.00 Uhr
Freitag 09.00 bis 11.00 Uhr

Jestetten, Kirchstraße 10, 79798 Jestetten
☎ 07745 7248, info@kath-se-jestetten.de
Montag 08.30 bis 12.00 Uhr
Dienstag 08.30 bis 12.00 Uhr
Freitag 08.30 bis 12.00 Uhr

Lienheim, Oswaldstraße 14, 79801 Hohentengen
☎ 07742 97039-30, info@kath-se-ch.de
Dienstag 09.00 bis 11.00 Uhr
Mittwoch 09.00 bis 11.00 Uhr
Donnerstag 09.00 bis 11.00 Uhr

EVANGELISCHE KIRCHENGEMEINDE

EVANGELISCHE KIRCHENGEMEINDE WUTACHTAL
GOTT ERFAHREN – BEGEISTERT LEBEN

Freitag, 06. November 2026
19.00 Uhr X4-Treff „X-STREAM“ (ab 13 J.) – Stühl.
19.30 Uhr Ladies Night – Wut.

Samstag, 07. November 2026
20.00 Uhr Connect 21+ (junge Erwachsene) – Wut.
Thema: Auch in guten Zeiten beten

Sonntag, 08. November 2026
10.00 Uhr Gottesdienst – Wut.
Thema: Die Bibel – Im Alltag!
zeitgleich Kindergottesdienst „Schatzsucher“ (ab 3 J.)

Montag, 09. November 2026
15.00 Uhr Indoor-Spielplatz – Wut.
18.30 Uhr Montagsgebet BIG – Wut.

Mittwoch, 11. November 2026
17.30 Uhr Kinderclub „Superhelden“ (ab 1. Kl.) – Wut.
17.30 Uhr X-KURS (Konfirmandenkurs) – Wut.

Freitag, 13. November 2026
19.00 Uhr X4-Treff „X-STREAM“ (ab 13 J.) – Stühl.

Samstag, 14. November 2026
19.30 Uhr Feuer-Abend – Wut.

Sonntag, 15. November 2026
10.00 Uhr Gottesdienst mit Abendmahl – Wut.
Thema: Verfolgte Christen
zeitgleich Kindergottesdienst „Schatzsucher“ (ab 3 J.)
11.15 Uhr Gemeinde-Stammtisch – Wut.

Ladies Night
Am **Freitag, 06. November 2026** um 19.30 Uhr sind alle Ladies zu einer LadiesNight mit der Autorin Fabienne Sita in die evangelische Kirche in Wutöschingen eingeladen.
Das **Thema** lautet **"ReNew - Alles neu".** Kennst du das? Das Leben läuft plötzlich ganz anders, als du es dir vorgestellt hast. Ein Traum zerplatzt, eine Beziehung zerbricht, ein Lebensentwurf fällt in sich zusammen. Und du fragst dich, wie es weitergehen soll.
Fabienne Sita kennt diese Fragen. Sie hat Zerbruch, Depression und Ängste erlebt, und mitten in dieser Dunkelheit ist ihr ein Vers begegnet, der alles verändert hat: „Siehe, ich mache alles neu“, die Jahreslosung 2026.
An diesem Abend nimmt sie dich mit hinein in ihre Geschichte. Ehrlich, verletzlich und voller Hoffnung. Sie liest aus ihrem Buch, erzählt aus ihrem Leben und lädt dich ein, selbst zu entdecken, was Gott in deinem Leben neu machen will.
Freu dich auf einen Abend zum Durchatmen, mit Lesung, Tanz und Raum, um in Gottes Gegenwart einzutauchen.
Eine Anmeldung ist nicht nötig und die Teilnahme ist kostenlos. Über eine freiwillige Spende zur Deckung unserer Unkosten würden wir uns freuen.

Indoor-Spielplatz
Am **Montag, 09. November 2026** von 15.00 bis 17.00 Uhr sind wieder alle Eltern mit ihren Kindern von 0 bis 6 Jahren zum Indoor-Spielplatz im ev. Gemeindehaus in Wutöschingen eingeladen.
Eure Kinder haben dort Platz zum Toben, Bauen und frei Spielen, für euch Eltern gibt es eine Café-Ecke und auch Möglichkeiten zum Wickeln und Stillen. Für Kinder, die es eher ruhiger mögen, gibt es wechselnde Kreativangebote sowie einen ruhigen Bereich für die Kleinsten. Kommt und nutzt dieses Angebot! Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Montagsgebet BIG
Ab **Montag, den 09. November 2026** findet im ev. Gemeindehaus in Wutöschingen alle zwei Wochen um 18.30 Uhr eine erweiterte Form des Montagsgebets statt, das Montagsgebet BIG.
Der Ablauf gestaltet sich folgendermaßen: Wir steigen mit zwei Lobpreis-Liedern in das Gebet ein. In der Gebetszeit (ca. 1 Std) wenden wir uns verschiedenen Themen zu wie z. B. verfolgte Christen, Mission, Regierung(en), Gebetsanliegen unserer Gemeinde. Natürlich ist auch Raum für die ganz persönlichen Anliegen. Danach werden wir eine

ausgedehnte Lobpreiszeit haben, die du nach deinen Bedürfnissen gestalten kannst: Genieße die Zeit mit Gott, singe ihm zu, halte das Abendmahl oder verweile in Stille. Sei dabei und geh‘ erfüllt nach Hause!

Feuer-Abend
Nach längerer Pause laden wir am **Samstag, den 14. November** um 19.30 Uhr wieder zu einem Feuer-Abend in die ev. Kirche in Wutöschingen ein. Ein Feuer-Abend soll ein Feuer in dir entfachen, wo du spürst, dass Gott da ist. Eine lange Anbetungszeit und ein paar Impulse zum Thema "Das Sprachengebet" sollen dir dabei helfen.
Spannend, interessant? Komm vorbei und erlebe den Feuerabend.

Weihnachten im Schuhkarton 2026 – Pack mit!
Wir beteiligen uns auch in diesem Jahr wieder an der Aktion „Weihnachten im Schuhkarton“ von Samaritan’s Purse, wodurch jährlich Millionen Kinder auf der ganzen Welt beschenkt werden. Unter dem Motto „It's all about Jesus“ erhalten Kinder nicht nur liebevoll gepackte Schuhkartons, sondern hören auch die hoffnungsvolle Botschaft: Du bist wertvoll, du bist geliebt – von Menschen und von Gott.
Im Aktionsflyer findest du viele weitere Informationen zu dieser weltweiten Aktion sowie Angaben dazu, wie die Päckchen gepackt werden sollen.
Den Flyer kannst du dir in der ev. Kirche in Wutöschingen mitnehmen oder ihn auf unserer Homepage unter „Aktuelles“ herunterladen. Um dir das Mitmachen der Aktion zu erleichtern, gibt es in der Kirche außerdem vorbereitete Kartons zum Mitnehmen und Befüllen.
Den fertig gepackten Karton kannst du einfach zu den Gottesdiensten mitbringen. **Letzter Abgabetermin in der Kirche ist Sonntag, 15. November.**
Alternativ kannst du dein Päckchen auch bei Tamara Bernauer, Tannenweg 6a in Degernau abgeben.
Die Veranstalter freuen sich auch über eine 10-Euro-Geldspende, die du zusammen mit deinem Päckchen abgeben kannst – für die Transportkosten sowie die weitere Betreuung der Kinder und ihrer Familien.

Informationen über Homepage, App und Instagram
Auf unserer Homepage unter https://wutachblick.de halten wir dich über alle aktuellen Entwicklungen auf dem Laufenden. Aktuelle Infos und Angebote veröffentlichen wir ebenso über unsere kostenlose Smartphone-App, die du unter https://wutachblick.de/smartphone-app herunterladen kannst.
Weitere Informationen erhältst du über Instagram (@ev_kirche_wutachtal und @x4_youth).

Wir wünschen euch eine gesegnete Woche.

Öffnungszeiten des Büros
Dienstag, Mittwoch, Freitag 09.00 – 12.00 Uhr
Beate Strittmatter, Xiaoyan Wang
Gartenweg 4, 79780 Stühlingen, ☎ 07744 / 407
E-Mail: pfarramt@wutachblick.de
Internet: www.wutachblick.de
Unsere Hauptamtlichen erreichst du folgendermaßen:
Co-Pastor Marc Hönes, ☎ 0152 / 0176 0930
marc.hoenes@wutachblick.de

VEREINSMITTEILUNGEN

KULTURRING WUTÖSCHINGEN

Pariser Flair – „Zauber der Sterne“ Weihnachtslieder aus aller Welt
Samstag, 28. November 2026, 20.00 Uhr
Klosterschüer Ofteringen

Weihnachten ist eine besinnliche Zeit, alles und jeder hält inne, und es leuchten tausend Lichter im Dunkeln...die Zeit der Kerzen, Kugeln, Kränze, Geschichten und Geschenke... Auch wir haben für Sie ein ganz besonderes Präsent. Wir bescheren Ihnen die schönsten Sterne des Universums: von Zimtsternen über Seesterne, Sternenköche, Sternzeichen, Sterntaler und Schneesterne, aber auch natürlich Weihnachtssterne und vieles mehr. Und wir erzählen von dem Zauber dieser einzelnen Sterne.

Wir schmücken damit einen ganz und gar ungewöhnlichen Weihnachtsbaum und hoffen, dass ganz zum Schluss gar Sterne in Ihren Augen glänzen mögen.



Musikalisch untermalen die Sternfeen Andrea Chudak (Sopran), Marie Giroux (Mezzosopran und Querflöte) und Jenny Schäuffelen (Klavier) diese Sternstunden mit lieblichen Weihnachtsklassikern aus aller Welt.

Und mit diesen festlichen Klängen werden Sie - hoffentlich - dem Zauber der Sterne verfallen...
Weitere Infos unter: pariser-flair.de

Einlass: 19.15 Uhr

Eintrittspreise: 24 € Vorverkauf, 27 € Abendkasse, 14 € ermäßigt
Kartenvorverkauf und Reservierung beim Bürgermeisteramt Wutöschingen, Kulturring ☎ 07746 / 852-11, E-Mail: aloll@wutoeschingen.de, Ticketreservierung: www.klosterschüer-ofteringen.de

Foto: Laurence Chaperon

VOLKSHOCHSCHULE WUTÖSCHINGEN

Kursvorschau
Zu folgenden Kursen sind noch Anmeldungen möglich.

Junge VHS

krea 2/26 Adventszauber kreativ – eine zauberhafte Klangreise in der Adventszeit mit anschließendem Kreativem Angebot
Gemeinsam begeben wir uns auf eine stimmungsvolle Reise in die zauberhafte Welt der Sterne. Martina begleitet uns mit wohltuenden Klängen der Klangschalen und Christine lässt uns mit ihrer Handpan in eine verträumte Fantasiewelt eintauchen. Dabei dürfen wir zur Ruhe kommen, den Alltag für einen Moment vergessen und unseren Träumen nachspüren.
Im Anschluss gestalten wir gemeinsam einen wunderschönen Holzstern, den ihr ganz nach euren eigenen Vorstellungen bemalen und verzieren dürft. Eurer Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt.
Natürlich darf auch der Duft der Adventszeit nicht fehlen: Gemeinsam bereiten wir einen leckeren, warmem Kakao zu, den wir in gemütlicher Runde genießen. Umgeben von weihnachtlichen Düften, sanften Klängen und einer behaglichen Atmosphäre verbringen wir einen zauberhaften Nachmittag voller Kreativität, Entspannung und gemeinsamer Momente.
Unser Angebot ist inklusiv. Kinder mit Beeinträchtigung sind herzlich willkommen und können gerne mit Begleitung teilnehmen.
Wir freuen uns auf eine wundervolle gemeinsame Zeit mit euch - voller Sternenzauber, Klangmomente und adventlicher Vorfreude!

Termin: **Freitag, 20. November 2026**, 16.00 – 18.00 Uhr, Alemannenschule Wutöschingen, Leiterinnen: Martina Henninger, Christine Wittig, Gebühr: 13.00 € incl. Materialkosten

DIGITALES UND BERUF

2/2609 KI leicht gemacht – Alltag erleichtern & Gefahren verstehen
KI klingt kompliziert? Nicht nach diesem Kurs! Lernen Sie in nur 3 Stunden, wie ChatGPT & Co. Sie im Alltag unterstützen – beim Schreiben von Texten und E-Mails, als Ideengeber, Reiseplaner oder Gesundheitshelfer. Dabei erfahren Sie auch, worauf Sie achten sollten, um typische Stolperfallen sicher zu vermeiden. Verständlich erklärt, praxisnah und ganz ohne Vorkenntnisse.
Bitte bringen Sie ein eigenes Gerät (Laptop, Tablet oder Smartphone) mit, um die Übungen direkt live auszuprobieren.

Termin: **Samstag, 21. November 2026**, 09.00 Uhr – 12.00 Uhr, Sitzungssaal Rathaus Wutöschingen, Leiter: Wolfgang Duttlinger, Gebühr: 65.00 €

GESUNDHEIT

2/2639 Qi Gong im Winter
Die Schönheit und den Zauber des Winters, die Kraft und das Liebliche in Bewegung nachempfinden, Atmung und Gedanken anpassen und dabei Niere und Blase stärken, ist die Idee der Winterübungen. Wir beginnen rechtzeitig vor Winterbeginn, damit das Organpaar gut gestärkt in den Winter starten kann.
Beginn: **Montag**, **09. November 2026**, 09.00 – 10.15 Uhr, 6 Termine, ehem. Schulhaus Horheim, Leiterin: Eliane Steinebrunner (Übungsleiterin Prävention/ Fachübungsleiterin Qi Gong), Gebühr: 70.00 €

2/2639 Qi Gong im Winter
Die Schönheit und den Zauber des Winters, die Kraft und das Liebliche in Bewegung nachempfinden, Atmung und Gedanken anpassen und dabei Niere und Blase stärken, ist die Idee der Winterübungen. Wir beginnen rechtzeitig vor Winterbeginn, damit das Organpaar gut gestärkt in den Winter starten kann.
Beginn: **Montag, 09. November 2026**, 09.00 – 10.15 Uhr, 6 Termine, ehem. Schulhaus Horheim, Leiterin: Eliane Steinebrunner (Übungsleiterin Prävention/ Fachübungsleiterin Qi Gong), Gebühr: 70.00 €

2/2640 Qi Gong im Winter - Kursbeschreibung siehe Kurs 2/2639
Beginn: **Montag, 09. November 2026**, 10.30 – 11.45 Uhr, 6 Termine, ehem. Schulhaus Horheim, Leiterin: Eliane Steinebrunner (Übungsleiterin Prävention/ Fachübungsleiterin Qi Gong), Gebühr: 70.00 €

2/2622 Naturheilkunde für Kinder
Ein Praxiskurs für Eltern, Großeltern und Interessierte
Warum sind die ersten Lebensjahre so entscheidend für eine stabile Grundgesundheit? Welchen biologischen Sinn haben die häufig auftretenden Infekte der Kinder? Wie sieht eine naturgemäße Behandlung dieser Infekte aus? Welche Rolle spielen Bewegung und Ernährung? Und soll man nun impfen oder doch lieber nicht?
Diese und zahlreiche weitere Fragen werden in diesem Praxiskurs beantwortet - leicht verständlich, fachlich fundiert und systematisch aufbauend. Das im Kurs vermittelte Verständnis für Krankheitsursachen und die konkreten Anleitungen zu deren naturgemäßen Behandlung (homöopathisch, pflanzlich u.a.) macht Eltern zu Experten für die Gesundheit ihrer Kinder. Besprochen werden die häufigsten Krankheiten des Kindesalters

- Infekte (Fieber, Schnupfen, Husten, Ohrenschmerzen)
- Fehlregulationen des Immunsystems (Infektanfälligkeit, Allergien)
- konstitutionelle Belastungskrankheiten (Neurodermitis, vergrößerte Mandeln, chronische Krankheitsbelastungen, Verdauungs- und Entwicklungsstörungen).

Beginn: **Mittwoch, 25. November 2026** (und **02. Dezember / 09. Dezember 2026**), 19.15 – 20.45 Uhr. 3 Termine, Mediothek Wutöschingen, Leiterin: Susanne Alber-

Jansohn, Heilpraktikerin mit langjähriger Praxiserfahrung in der Behandlung von Kindern und Jugendlichen, sowie Autorin des Praxisbuches Naturheilkunde für Kinder (erschienen 2024 im Bacopa Verlag), Gebühr: 45.00 €

med 02/26 Meditation und Yoga-Workshop zur Winter Sonnenwende
Erlebe die Kraft der Jahreskreisfeste in einem Workshop, der Yoga und Meditation verbindet. Mit entsprechenden Übungen feiern wir die Rhythmen von Natur und Innenwelt, setzen Absichten und schaffen Raum für Wandel und Einkehr. Für alle Levels geeignet.
Termin: **Donnerstag, 03. Dezember 2026**, 18.00 – 19.30 Uhr, 1 Termin, Mediothek Wutöschingen, Leiterin: Desiree Amann (Yoga- und Meditationstrainerin), Gebühr: 14.00 €

Anmeldungen sind telefonisch oder per Mail bei der Geschäftsstelle der VHS möglich.
VHS-Geschäftsstelle: Für Fragen steht Ihnen die VHS - Annette Loll – unter, ☎ 07746 / 852-11, E-Mail: kultur-vhs@wutoeschingen.de gerne zur Verfügung.

DJO-Deutsche Jugend in Europa e.V.

Gastfamilien für Schüler aus Lateinamerika gesucht
Die DJO – Deutsche Jugend in Europa sucht deutschlandweit nette Gastfamilien für Jugendliche (13 –16 Jahre):

Brasilien:	**10. Januar 2027 – 25. Februar 2027**
Mexiko / Guadalajara:	**23. März 2027 – 10. Juni 2027**. 14 – 16 Jahre alt

Ein Gegenbesuch ist möglich.

Kontakt:
DJO – Deutsche Jugend in Europa e.V., Schlossstraße 92, 70176 Stuttgart, ☎ 0711-6586533, gsp@djobw.de, www.gastschuelerprogramm.de

NACHBARSCHAFTSHILFE MAUCHEN

Mittagstischangebot
Zu unserem Mittagstisch am **Dienstag, 10. November 2026**, im JA-Treff Mauchen, laden wir Sie wieder ganz herzlich ein. Genießen Sie das leckere Essen bei netten Gesprächen, in der Gemeinschaft.

Menü:
- Grüne Pfefferrahmsuppe
- Salate der Saison
- Paniertes Schweineschnitzel mit buntem Gemüse und Dampfkartoffeln
- Birne Helene

Preise: 16,00 € / Menü
Einlass: ab 11.45 Uhr – Mittagessen 12.00 Uhr

Bestellungen können bis spätestens **Freitag, den 06. November 2026** unter ☎ 07744 33 79 783 (Anrufbeantworter) aufgegeben werden. Gerne unterstützen wir Sie, falls Sie einen Fahrdienst benötigen.

Das Küchenteam freut sich wieder auf Ihren Besuch.

JA-Seniorentreff – Gemeinsam statt einsam
Am **Donnerstag, den 12. November 2026** findet wieder der monatliche JA-Seniorentreff in Mauchen statt.

„Ist im November auch Nebel viel, haben wir Spaß bei Geselligkeit und Spiel“.
Wir laden alle Senioren ganz herzlich ein zu unserem Spielenachmittag mit Kaffee und Kuchen.
Ort: JA-Treff Generationenhaus Dreikönig, St.Gallusstr. 52, Mauchen.
Zeit: 14.30 Uhr – 17.00 Uhr.
Einfach mal vorbeikommen und reinschnuppern. Wir freuen uns über neue Gesichter!

Bei Bedarf kann ein Fahrdienst organisiert werden. Information und Anmeldung im Einsatzleitungsbüro des JA-Vereins ☎ 07744 / 3379783 oder per E-Mail unter kontakt@ja-attraktives-dorfleben.de.

Dieses Angebot wird vom Landkreis Waldshut unterstützt.
Wir freuen uns auf Ihr Kommen

SELBSTHILFEGRUPPE Morbus Crohn / Colitis ulcerosa

Unser nächstes Treffen findet am **Dienstag, den 10. November 2026** um 20.00 Uhr im Familienzentrum Hochrhein, Bertold-Schmidt-Platz 7 in 79787 Lauchringen statt.

Anmeldungen und Kontaktaufnahme unter:
waldshut@shg-dccv.de
oder ☎ 07741 / 6408607 (AB)

D E G E R N A U

GUGGENMUSIK “Hölledüüfel”

Es geht endlich wieder los!
Unser erster Auftritt dieser Saison führt uns am **Samstag, den 07. November 2026** ins rund 70 km entfernte Seitingen-Oberflacht.
Bei der Guggenmusik "Pfuutzger-Musigg" dürfen wir direkt zwei Mal spielen:
Einmal ein kleines Warm-Up um 19.30 Uhr und um 23.15 Uhr dürfen wir dann so richtig einheizen!
Wir freuen uns, dass die 5. Jahreszeit wieder beginnt!

Eure Guggenmusik Hölledüüfel Degernau e.V.

Fasnachtseröffnung in Degernau
Am **Mittwoch, den 11. November 2026**
Spielzeit Hölledüüfel Degernau: 19.11 Uhr.

MUSIKVEREIN

- **Donnerstag, den 05. November 2026**
  20.00 Uhr Musikprobe

VORANZEIGE
Altpapiersammlung
Am **Samstag, den 14. November 2026** führen wir in den Ortsteilen Degernau und Ofteringen eine Altpapiersammlung durch.

HORHEIM

GUGGENMUSIK „Kohlrütti-Chlöpfer“

- **Samstag, den 07. November 2026**
  19.00 Uhr Gesamtprobe
- **Samstag, den 14. November 2026**
  Auftritt in Überlingen am Bodensee Jubiläum Gugge Vamps

MUSIKVEREIN „Harmonie“

- **Freitag, den 06. November 2026**
  20.00 Uhr Gesamtprobe
  Zur ersten Probe im Monat laden wir alle Ehrenmitglieder und Ehemaligen herzlich zu einem Musikerhock ein. Wir freuen uns auf euch.
- **Mittwoch, den 11. November 2026**
  17.30 Uhr Unterstützung am St. Martinsumzug in Horheim
- **Freitag, den 13. November 2026 - Sonntag 15. November 2026**
  Probenwochenende

SKI- UND WANDERCLUB

Skibazar-Brettle Markt
Gemeinsam mit den Skiclubs aus Eggingen und Stühlingen veranstalten wir am **Sonntag den 08. November 2026** unseren alljährlichen Skibazar-Brettle Markt in der Egginger Halle.

Wir bieten eine große Auswahl an gebrauchten und neuen Wintersport- und Wanderartikeln.

Annahme: 10.30 - 12.00 Uhr
Verkauf: 12.30 - 14.00 Uhr
Bindungseinstellung: 12.30 - 14.00 Uhr
Firma Schertle – Schmidt.

Angenommen wird alles, was zum Wintersport und Wandern gehört - sauber, funktionstüchtig und in gutem Zustand. Ski der neueren Generation. Keine Helme.

Wie immer bieten wir einen Kuchenverkauf an.
Hier bitten wir um eure Mithilfe und freuen uns über Kuchenspenden. Bitte bei Gabi Robold unter ☎ 07746 2601 melden.
Im Voraus herzlichen Dank.

TURNVEREIN 1965 e.V.

Ankündigung Einzug Mitgliederbeiträge
Liebe Vereinsmitglieder
Der Einzug der jährlich fälligen Mitgliederbeiträge erfolgt ab dem **15. November 2026** per SEPA-Lastschriftmandat.
Der Einzug erfolgt unter der Gläubigernummer
DE08 ZZZ0 0000 3005 25.
Wir bitten um Beachtung!

Alle Informationen rund um den Turnverein Horheim finden Sie unter https://tv-horheim.jimdo.com/.

VfR HORHEIM-SCHWERZEN

Spielplan

I. Mannschaft	**Sonntag, 08.11.2026**, 15.30 Uhr VfR - SV Jestetten 2
Frauen	**Sonntag, 08.11.2026**, 17.00 Uhr SV Waldhaus 2 - VfR
A-Jugend	**Sonntag, 08.11.2026**, 11.00 Uhr SG Wutachtal - SC Lauchringen Spielort: Horheim
B-Jugend	**Sonntag, 08.11.2026**, 13.00 Uhr SG Wutachtal - JFV Region Laufenburg Spielort: Wutöschingen
B2-Jugend	**Samstag, 07.11.2026**, 14.00 Uhr SG Klettgau/Rheintal/Hochrhein - SG Wutachtal 2 Spielort: Geisslingen
B-Juniorinnen	**Samstag, 07.11.2026,** 16.00 Uhr VfR - SV Dogern
C-Jugend	**Samstag, 07.11.2026**, 14.00 Uhr SV Eggingen - VfR
D-Jugend	**Freitag, 06.11.2026**, 18.00 Uhr SG Dettighofen - VfR1 Spielort: Dettighofen
D2-Jugend	**Mittwoch, 11.11.2026**, 18.30 Uhr VfR 2 - SV Eggingen 2
D-Juniorinnen	**Samstag, 07.11.2026,** 14.30 Uhr SG Istein - Huttingen - VfR Spielort: Istein

E-Jugend	**Samstag, 07.11.2026**, 12.15 Uhr Turnier in Horheim
F-Jugend	**Samstag, 07.11.2026**, 10.00 Uhr Turnier in Horheim

O F T E R I N G E N

RADSPORTVEREIN „Frisch auf“

Theateraufführung: „Frühlingserwachen oder Auf gute Nachbarschaft!“
Der Vorverkauf ist gestartet – und wir sind überwältigt von dem großen Interesse!
Ein herzliches Dankeschön an alle, die sich bereits Karten gesichert haben. Es sind noch wenige Restkarten erhältlich.

Aufführungstermine:

- **Samstag, 14. November &**
  Sonntag, 15. November 2026
- **Samstag, 21. November &**
  Sonntag, 22. November 2026

Ihre Eintrittskarte können Sie gerne telefonisch über unser "Karten-Handy" unter der Nummer ☎ 0152 210 227 34 reservieren.
Weitere Informationen finden Sie jederzeit auf unserer Webseite: www.rsvofteringen.de
Wir freuen uns darauf, Sie bei einer unserer Vorstellungen begrüßen zu dürfen – und gemeinsam einen unvergesslichen Theaterabend zu erleben!

St. Martinsumzug
Am **Mittwoch, den 11. November 2026**, laden wir Euch ganz herzlich zum traditionellen St. Martins-Umzug in Ofteringen ein.
Treffpunkt: Klosterschüer Ofteringen um 17.30 Uhr.
Von dort ziehen wir gemeinsam zum Kloster, wo uns einige kleine Programmpunkte erwarten.
Im Anschluss geht es in geselliger Runde weiter zum Vereinsheim des RSV.
Dort wartet eine kleine Stärkung auf alle Teilnehmenden:
• Für die kleinen Gäste gibt es warmen Kinderpunsch
• für die Erwachsenen leckeren Glühwein
• und für alle eine knusprige Laugenstange
Wir freuen uns, wenn Ihr nach Möglichkeit eigene Becher oder Tassen mitbringt – so setzen wir gemeinsam ein kleines Zeichen für die Umwelt.
Unser Laternenumzug ist keine Vereinsveranstaltung, daher sind alle willkommen, ob jung oder alt.
Bringt gerne Laternen, Familie und Freunde mit, um diesen schönen Abend gemeinsam zu genießen.

Wir freuen uns auf Euer zahlreiches Erscheinen und einen stimmungsvollen Laternenumzug!

OFTERINGER SCHNECKEN

Eröffnung der Fasnachtssaison 2027
Am **Dienstag, den 17. November 2026**, laden die Schnecken alle Freunde der Fasnacht sowie interessierte Personen herzlich in das RSV-Vereinsheim ein.
Ab 19.00 Uhr eröffnen wir gemeinsam die Fasnachtssaison 2027 und informieren über die bevorstehenden Veranstaltungen und Aktivitäten der kommenden närrischen Zeit.
Traditionell werden wir an diesem Abend auch die Fasnachtssaison 2026 noch einmal Revue passieren lassen.
Bei einem unterhaltsamen Film blicken wir zurück auf die schönsten und stimmungsvollsten Momente des vergangenen Jahres.
Wir freuen uns auf einen gemütlichen Abend und auf zahlreiche Besucher.

Beiträge für die „Narrenzeitung 2027“ gesucht
Für die kommende Ausgabe unserer „Narrenzeitung 2027“ werden Beiträge gesucht. Wer lustige, kuriose oder interessante Begebenheiten zu berichten weiß, ist herzlich eingeladen, diese einzureichen.
Eure Beiträge könnt ihr gerne an Ursel (☎ 1224) oder Marlies (☎ 2514) weitergeben.
Alternativ besteht die Möglichkeit, Texte per E-Mail an andreas.merk@web.de zu senden.
Wir freuen uns über zahlreiche Einsendungen und bedanken uns schon jetzt dafür.

VORANZEIGE
Bunter Abend 2027
Am **Schmutzigen Dunschtig 2027** veranstalten die Ofteringer Schnecken wieder den traditionellen Bunten Abend.
Um wieder ein abwechslungsreiches und unterhaltsames Programm bieten zu können, werden noch Mitwirkende gesucht.
Alle, die Freude daran haben, mit einem Beitrag – sei es als Einzelperson oder als Gruppe – zum Programm beizutragen, sind herzlich eingeladen, sich zu beteiligen.
Interessierte Personen können sich gerne bei Andreas (WhatsApp: ☎ 0162 75 39 478) melden.
Weitere Informationen sind auf der Internetseite der Ofteringer Schnecken unter
www.schnecken-ofteringen.de
In diesem Sinne: „Narri – Narro!“

S C H W E R Z E N

LANDFRAUEN Schwerzen

Arbeitseinsatz Grünanlagenpflege
Am kommenden **Dienstag, den 10. November 2026** findet zum letzten Mal in diesem Jahr die Pflege der Grünanlagen statt. Wir treffen uns um 15.00 Uhr an den jeweiligen Einsatzorten entsprechend der Einteilung.

Bitte bringt einen Eimer, Arbeitshandschuhe, Hacke, evtl. Messer und Handbesen mit. Nach der Arbeit gibt es eine kleine Stärkung im Landfrauenraum im alten Schulhaus in Horheim.

MUSIKVEREIN

- **Freitag, den 06. November 2026**
  19.00 Uhr Musikprobe Jungmusikanten für St. Martin
- **Freitag, den 06. November 2026**
  20.00 Uhr Musikprobe
- **Samstag, den 07. November 2026**
  09.00 Uhr Altpapiersammlung gem. separater Einteilung
- **Montag, den 09. November 2026**
  19.30 Uhr Registerprobe Melodie
- **Mittwoch, den 11. November 2026**
  18.00 Uhr Umrahmung des St. Martinsumzuges des Kindergartens durch unsere Jungmusikanten.

Altpapiersammlung
Liebe Einwohner von Schwerzen,
Am **Samstag, den 07. November 2026** führen wir im Ortsteil Schwerzen ab 09.00 Uhr unsere nächste Altpapiersammlung in diesem Jahr durch. Bitte legen Sie das Papier (keine Kartonagen) bis spätestens 09.00 Uhr mit Schnüren oder Klebeband gebündelt sichtbar an den Straßenrand. Wir möchten uns nochmals bei allen Einwohnern bedanken, welche uns ihr Altpapier an unserer letzten Sammlung im Juli gespendet haben und dafür, dass Sie das Papier im Keller oder in der Garage für uns zwischenlagern und aufbewahren.
Weiterhin möchten wir alle Einwohner von Schwerzen ermuntern, ihr Papier den alle 4 Monaten stattfindenden Sammlungen des Musikvereins zu spenden. Wir holen das Papier bequem bei Ihnen vor Ort ab und Sie unterstützen damit einen gemeinnützigen Verein, welcher den Sammelerlös wieder in seine rege Jugendarbeit in Schwerzen investiert.
Sammelergebnisse:
März 2026 - 6,7 Tonnen / Juli 2026 - 4,4 Tonnen
Herzlichen Dank im Voraus für Ihr Papier.
Ihr M.V. Schwerzen

W U T Ö S C H I N G E N

FANFARENZUG

Fasnachtseröffnung Saison 2027
Unter dem Motto „Jurassic Quark“ laden wir gemeinsam mit unserer Narrenzunft „Frösche“ und Musikverein Wutöschingen am kommenden **Samstag, den 07. November 2026** ab 19.11 Uhr in und um die Trotte Wutöschingen zur Fasnachtseröffnung für die Saison 2027 ein.
Traditionell sorgen wir hinter der Trotte für das leibliche Wohl mit leckeren Steakwecken, Grillwürsten, warmen und kalten Getränken.
Auch können Sie in unserem Probelokal gemütlich Platz nehmen und sich vom Trubel erholen.
Wir freuen uns auf Euren Besuch und bedanken uns für eure Unterstützung.

- **Mittwoch, 11. November 2026**
  Keine Musikprobe
- **Mittwoch, 18. November 2026**
  19.00 Uhr Musikprobe mit Jahresabschluss
  Für das leibliche Wohl ist gesorgt!

JUDO-ZENTRUM



Jubiläumsturnier in Tiengen
Am letzten Samstag waren wir aktiv mit 13 Teilnehmern und 2 Trainern, sowie unterstützend mit 4 Helfern an den Kampfrichtertischen und einem Kampfrichter bei unserem Nachbarverein am Jubiläumsturnier. Allen Teilnehmern und Helfern gilt ein großes Lob: Es wurde motiviert gekämpft, tolles Judo gezeigt und konzentriert am Kampfrichtertisch gearbeitet.

MUSIKVEREIN

- **Freitag, den 06. November 2026**
  20.00 Uhr Registerproben in der Trotte
  21.00 Uhr Gesamtprobe im Rathaus

NARRENZUNFT "Frösche"



Fasnachtseröffnung
Nun ist es endlich soweit die Fasnachtseröffnung steht vor der Tür. Am **Samstag, den 07. November 2026** ab 19.00 Uhr starten wir in die 5 Jahreszeit.
Dazu möchten wir euch alle recht herzlich einladen um mit uns zu feiern.

Unser Programm:
- Fassanstich um 19.11 Uhr
- Begrüßung der Vereine
- Auftritt der Guggenmusik Guggi Bucher und Halli Galli Maulburg
- Feuershow der Menhierhexen Degernau

Für das leibliche Wohl und gute Musik ist bestens gesorgt. Wie in den vergangenen Jahren werden wir durch den Fanfarenzug und den Musikverein tatkräftig unterstützt.

Kommt gerne vorbei uns feiert mit uns.

SPORTVEREINIGUNG

Spielplan

I. Mannschaft	**Sonntag, 08.11.2026**, 15.00 Uhr SpVgg - SV Laufenburg 2
II. Mannschaft	**Sonntag, 08.11.2026**, 15.00 Uhr FC Erzingen 2 - SpVgg **Donnerstag, 12.11.2026**, 20.00 Uhr SpVgg - SG Geißlingen-Grießen 2
Frauen	**Samstag, 07.11.2026**, 15.30 Uhr SG Steina-Schlüchttal - SpVgg Spielort Untermettingen
A-Junioren	**Sonntag, 08.11.2026**, 11.00 Uhr SG Wutachtal - SC Lauchringen Spielort Horheim
B1-Junioren	**Sonntag, 08.11.2026**, 13.00 Uhr SG Wutachtal - JFV Region-Laufenburg Spielort Wutöschingen
B2-Junioren	**Samstag, 07.11.2026**, 14.00 Uhr SG Klettgau/Rheintal/Hochrhein - SG Wutachtal
C1-Junioren	**Samstag, 07.11.2026**, 15.30 Uhr SpVgg - SG Gurtweil-Weilheim
C2-Junioren	**Sonntag, 08.11.2026**, 11.00 Uhr SpVgg - SG Hochrhein/Rheintal 2
D1-Junioren	**Samstag, 07.11.2026**, 17.30 Uhr SpVgg - SV Rheintal
E1-Junioren	**Samstag, 07.11.2026**, 14.00 Uhr Spielort Wutöschingen
E2-Junioren	**Samstag, 07.11.2026**, 12.00 Uhr Spielort Brennent
F1-Junioren	**Samstag, 07.11.2026**, 10.00 Uhr Kinderfestival Spielort Wutöschingen
F2-Junioren	**Samstag, 07.11.2026**, 12.00 Uhr Kinderfestival Spielort Wutöschingen
Bambinis	**Samstag, 07.11.2026**, 12.00 Uhr Kinderfestival Spielort Bettmaringen

GESUNDHEITSECKE

Gesund durch die dunkle Jahreszeit – 5 Tipps für Körper und Seele

Wenn die Tage kürzer werden, die Temperaturen sinken und sich die Sonne seltener zeigt, stellt das unseren Körper vor besondere Herausforderungen. Gerade in der Herbst- und Winterzeit fühlen wir uns manchmal müder, weniger aktiv oder anfälliger für Erkältungen. Doch mit ein paar einfachen Gewohnheiten können wir unser Wohlbefinden stärken und gesund durch die kalte Jahreszeit kommen.

1.Tageslicht tanken – auch an grauen Tagen
Auch wenn sich die Sonne im November nicht immer zeigt: Ein Spaziergang an der frischen Luft lohnt sich! Natürliches Tageslicht unterstützt unseren Tag-Nacht-Rhythmus und kann sich positiv auf unsere Stimmung auswirken. Schon 20 bis 30 Minuten draußen können guttun.

2. In Bewegung bleiben
Bewegung hält uns fit, stärkt das Herz-Kreislauf-System und unterstützt unsere Abwehrkräfte. Dafür muss es kein anstrengendes Sportprogramm sein. Ein täglicher Spaziergang, eine kleine Fahrradtour oder leichte Gymnastik zu Hause bringen den Kreislauf in Schwung. Wichtig ist vor allem, regelmäßig aktiv zu bleiben – angepasst an die eigenen Möglichkeiten.

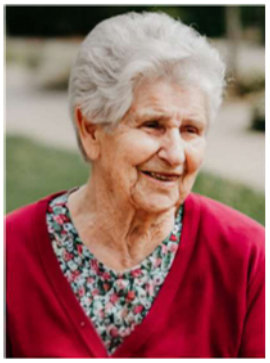
3. Ausgewogen und vitaminreich essen
Eine abwechslungsreiche Ernährung versorgt unseren Körper mit wichtigen Nährstoffen. Besonders in der kalten Jahreszeit bieten sich saisonale Lebensmittel wie Äpfel, Kürbis, Karotten, Kohl und Rote Bete an. Obst und Gemüse liefern wertvolle Vitamine und Mineralstoffe, die zu einer normalen Funktion des Immunsystems beitragen. Eine bunte und ausgewogene Ernährung ist dabei die beste Grundlage.

4. Ausreichend trinken und gut schlafen
Auch wenn wir im Winter oft weniger Durst verspüren, benötigt unser Körper ausreichend Flüssigkeit. Wasser und ungesüßte Tees sind dafür besonders gut geeignet. Ebenso wichtig ist erholsamer Schlaf. Während der Ruhephase kann sich unser Körper regenerieren. Regelmäßige Schlafzeiten und eine entspannte Abendroutine können dabei helfen, besser zur Ruhe zu kommen.

5. Auf die Seele achten und Kontakte pflegen
Die dunkle Jahreszeit kann manchmal auch auf die Stimmung schlagen. Umso wichtiger sind kleine Momente, die Freude bereiten: ein gutes Buch, ein gemütlicher Nachmittag, ein Hobby oder ein Treffen mit Freunden und Familie. Auch gemeinsame Aktivitäten und Gespräche tun gut. Soziale Kontakte geben Halt und tragen wesentlich zu unserem Wohlbefinden bei.

Kleine Gewohnheiten, große Wirkung
Gesund durch Herbst und Winter zu kommen, muss gar nicht kompliziert sein. Es sind oft die kleinen Dinge im Alltag, die einen Unterschied machen: regelmäßig an die frische Luft gehen, sich ausgewogen ernähren, ausreichend schlafen und sich bewusst Zeit für sich und andere nehmen.
Wer zusätzlich auf regelmäßiges Händewaschen achtet, bei Bedarf auf ausreichendes Lüften in Innenräumen setzt und empfohlene Impfungen wahrnimmt, kann weitere sinnvolle Schritte zum Schutz der eigenen Gesundheit unternehmen.

Wir wünschen Ihnen allen eine gesunde und angenehme Herbst-Winterzeit!



Die Mutter war`s –
was braucht`s der Worte mehr.

Nach einem arbeitsreichen Leben, erfüllt von Liebe und Fürsorge für ihre Familie, hat sich ihr Lebenskreis vollendet. Traurig, aber vor allem dankbar für alles Schöne, was wir mit ihr erleben durften, nehmen wir Abschied von unserer herzensguten Mutti, Schwiegermutter, Oma, Uroma, Schwester, Schwäger, Tante und Gotti

Paula Englert

geb. Maurer

✳ 16.04.1933 † 01.11.2026

Horheim

Wir vermissen Dich
Ulla † und Horst Rausch
Brigitte und Ingo Conrad
Marion und Karlheinz Geng
Deine Enkel: Manuel mit Stephanie, Linda mit Martin,
Sarah mit Fabio und Lucas mit Moisha
Deine Urenkel: Luisa, Pauline, Lian, Elias und Jona

Die Trauerfeier findet am Freitag, den 13.11.2026 um 14.30 Uhr auf dem Friedhof in Horheim statt; anschließend Urnenbeisetzung.

Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne

Die Kath. Kindertagesstätte Pater Stanislaus
lädt am **Mittwoch, 11.11.2026** zum Martinsumzug ein.
Wir beginnen um **17.45 Uhr** mit dem Martinsspiel und einem Lichtertanz in der Kath. Kirche.
Nach dieser feierlichen Einstimmung ziehen wir mit den Laternen durch die Straßen von Wutöschingen und lassen die frohen Laternenlieder erklingen.

Traditionell wird unser Laternenumzug vom Musikverein begleitet.

Im Anschluss klingt das St. Martinsfest in gemütlicher Runde vor der Kirche aus. Für die Kinder gibt es Laugenstangen und Kinderpunsch und für die Erwachsenen Glühwein auf Spenden Basis.

Bitte bringen Sie eigene Becher/Tassen mit!

Wir freuen uns, zahlreiche kleine und große Besucher willkommen zu heißen!

Das Team
der Kath. Kindertagesstätte Pater Stanislaus

SCHLOSS-APOTHEKE
STÜHLINGEN 07744 / 314
SONNEN-APOTHEKE
WUTÖSCHINGEN 07746/9293090

Grippeschutzimpfung in Ihrer Apotheke

Schützen Sie sich und Ihre Liebsten vor der Grippe – schnell und unkompliziert direkt bei uns vor Ort.

- ✓ Für Erwachsene ab 18 Jahren
- ✓ Für viele gesetzlich Versicherte kostenlos
- ✓ Bitte Impfausweis und Krankenversicherungskarte mitbringen

Impftage Saison 2026/27

Schloss-Apotheke Stühlingen
Mi, 18.11.2026
Mi, 02.12.2026
Hauptstr. 10
Tel. 07744 / 314
schloss_apo@web.de

Sonnen-Apotheke Wutöschingen
Mi, 11.11.2026
Mi, 25.11.2026
Hauptstraße 26
Tel. 07746 / 9293090
sonnen-apo-wut@web.de

Jetzt Termin vereinbaren!

Jeweils 9–13 Uhr · nur mit Termin

maier
Die Fachleute für Raumgestaltung
Hauptstraße 4a | 79793 Wutöschingen | 07746 / 5279
raumausstattung-maier@t-online.de

- Bodenbeläge
- Parkett Neuverlegung & Renovation
- Insektenschutz
- Sonnenschutz
- Polsterarbeiten
- Gardinen
- Dekorationen

Wutöschinger Seniorenkalender

Spielenachmittag

Am **Dienstag, den 10. November 2026** laden wir von 14.00 bis 17.00 Uhr alle Seniorinnen und Senioren zu einem gemütlichen Spielenachmittag im Sitzungszimmer des Rathauses Wutöschingen ein.

Für Anmeldungen und Informationen steht Ihnen aus unserer Gemeindeverwaltung **Doris Storz-Weissenberger, ☎ 07746 / 852-15, dstorz@wutoeschingen.de** gerne zur Verfügung.



Ausfahrt für Personen ab 58 Jahren

Die Stiftung der Volksbank Klettgau-Wutöschingen lädt Sie herzlich zur Ausfahrt zum Konstanzer Weihnachtsmarkt ein.

Donnerstag, den 17. Dezember 2026

09:25 Uhr Volksbank Weilheim
09:40 Uhr Parkplatz Stadthalle Tiengen
09:50 Uhr Volksbank Wutöschingen
10:15 Uhr Erzingen, Parkplatz parallel Bahnlinie gegenüber Fressnapf

Anmeldung ab dem 11. November möglich!
Die Plätze sind begrenzt.

Direkt telefonisch unter 07746 851-0 oder online:
www.voba-kw.de/weihnachtsmarkt

VOLKSBANKSTIFTUNG
Klettgau-Wutöschingen

Maler Huber

Mehr Farbe. Mehr Zuhause.

Ihr zuverlässiger Partner
für professionelle Malerarbeiten
im Innen- und Außenbereich.

Qualität, die man sieht!

Tapezieren · Lackieren · Streichen · Spachteln · Renovieren

- Saubere Arbeit
- Faire Preise
- Zuverlässige Termine
- Individuelle Beratung

Ihr Zuhause in besten Händen!

Telefon
07746 9268516
www.maler-huber-eggingen.de

Gemeinde Gottes - Lauchringen
Freikirche - Pfingstgemeinde

Jeden Sonntag Gottesdienst ab 10:00 Uhr im Gemeindezentrum

Er wird auftreten und sie weiden in der Kraft des HERRN.
Micha 5,3

Siemensstraße 22, 79787 Lauchringen

https://gemeindegottes-lauchringen.de

Ist Ihr Hund bei der Gemeindeverwaltung angemeldet?

Gemeinde WUTÖSCHINGEN ...lebenswert

Haberer – Bestattungen 07741 - 2052



Seit Jahrzehnten unterstützen wir Trauernde am Hochrhein.

Einfühlsam und kompetent.

Spezialisiert auch auf Bestattungs-Vorsorge und Waldbestattungen in der Region.

Robert Haberer & Michael Ritz mit Team

Eberwiesenstr. 1a, 79787 Lauchringen - www.haberer-bestattungen.de - **info@haberer-bestattungen.de**

Landmetzgerei N. Jülg GbR

-Selbstvermarktungsbetrieb-

& Party-Service

Linsenbodenhof 1

79793 Wutöschingen-Horheim

Telefon 07746/96734

Fleisch- und Wurstwaren direkt vom Bauernhof!

06.11.2026 bis 10.11.2026

halbe Schweine	1 kg	**3,90**
Schweineschnitzel paniert	100 g	**1,09**
Gyros	100 g	**1,09**
Hackfleisch, gemischt	100 g	**0,98**
Rinderhackfleisch	100 g	**1,49**
Schäufele,	100 g	**1,08**
im Beutel fertig gegart		
Rinderbraten	100 g	**1,89**
Suppenfleisch,	100 g	**0,88**
Leiter mit Knochen		
Kräutergriebenschmalz	100 g	**0,88**
Rinder- u. Schweineleber	100 g	**0,68**

An unseren Verkaufstagen gibt es frische Blut und Leberwurst, Kesselfleisch und Sauerkraut.
Diese Woche gibt es Lammfleisch

Hackfleisch Bolognese und **Schweinegeschnetzeltes, Rindergulasch**		
in der 400 gr. Dose	100 g	**1,30**
Fleischkäse	100 g	**0,78**
Fleischkäsebrät	100 g	**0,78**
zum selberbacken		
Käsegriller	100 g	**1,39**
Hausmacherleberwurst	100 g	**0,88**
Salami	100 g	**1,69**
Bauernbratwurst	100 g	**0,88**
Bauernschübling ein Paar		**2,20**
Weißer Schwartenmagen	100 g	**0,78**

ÖFFNUNGSZEITEN

Dienstag	***09.00 – 13.00***
Freitag	***09.00 – 18.00***
Samstag	***08.00 – 13.00***

Geflügelauslieferung
Junghennen usw. bitte vorbestellen!
Dienstag, 10. November 2026

Wutöschingen, Gasthaus Ochsen	12.30 Uhr
Schwerzen, Rathaus	12.45 Uhr



Geflügelzucht J. Schulte, Tel. 05244/8914,
www. gefluegelzucht-schulte.de

KARRIERE BEI UNS

Zwirnerei a. d. Wutach GmbH

„Quality makes the difference!"

Wir sind ein **mittelständisches Familienunternehmen** und gehören mit unseren innovativen Produkten für die **Verpackungs-, Hygiene- und Lebensmittelindustrie** zu den **weltweit marktführenden Unternehmen** in diesem Bereich.

ZUR VERSTÄRKUNG UNSERES TEAMS SUCHEN WIR SIE:

Industriemechaniker / Produktionsmechaniker / Landmaschinenmechaniker (m/w/d)

Vollzeit · Wechselschicht

Sie haben eine abgeschlossene Ausbildung als Industrie-, Produktions- oder Landmaschinenmechaniker, dann bewerben Sie sich.

Produktionshelfer / Allrounder (w/m/d)

Vollzeit

Keine Vorkenntnisse nötig – wir arbeiten Sie umfassend ein. Sie sind flexibel, zuverlässig und möchten in einem modernen Produktionsbetrieb durchstarten.

Weitere Informationen zu diesen Positionen sowie unseren attraktiven Benefits finden Sie auf unserer Homepage.
Fühlen Sie sich angesprochen? Dann senden Sie uns Ihre Bewerbungsunterlagen – vorzugsweise per E-Mail.

Zwirnerei a. d. Wutach GmbH
Bundesstraße 6 · 79780 Stühlingen
personal@zwirnerei-wutach.com
07744 9396 0 · www.zwirnerei-wutach.com

Bereichere unser Team!

Zur Verstärkung suchen wir ab sofort oder nach Vereinbarung:

Servicemitarbeiter (m/w/d)

Teilzeit 50 % oder Minijob Basis,
Erfahrung im Service erwünscht

Weitere Infos kommst Du auf unserer Website
www.gengslinde.de
Wir freuen uns auf Dich!

Gengs Linde · Silvia & Christian Geng
St.-Gallus-Straße 37, 79780 Stühlingen-Mauchen
+49 (0) 7744 1255 · info@gengslinde.de



Gepflegte 2-Zimmer-Eigentumswohnung in Eggingen – privat zu verkaufen!

Erstes OG, ca. **45 m² Wohnfläche**, Einbauküche, Balkon, Keller und Garage.
Ideal für Singles, Paare oder als Kapitalanlage.
Frei ab 01.02.2027. Privatverkauf – provisionsfrei. Kaufpreis auf Anfrage. Tel. +49 171 7018969



Öffnungszeiten
Deutsche Post Filiale

Montag - Freitag
14.30 - 17.30 Uhr

Samstag
10.00 - 13.00 Uhr

Sonntag
geschlossen

Postfiliale 461
Hauptstraße 28a
79793 Wutöschingen

TAXI TOP
07746 - 92 92 622
Taxi und Fahrservice für bis zu 8 Personen
Flughafentransfer
Krankenfahrten
Dialysefahrten
Chemo- & Strahlentherapiefahrten
Rollstuhlfahrten sitzend
www.taxi-top.de
info@taxi-top.de
TAXI TOP – Rund um die Uhr für Sie da!



TAXI WOLF
+49 7746-1435
Ihr zuverlässiger Partner für Krankenfahrten!
Ob zur Dialyse, Physiotherapie, Bestrahlung oder zum Arzttermin: Unser geschultes Team bringt Sie sicher und pünktlich ans Ziel.
Mit Abrechnung über Ihre Krankenkasse.
taxiwolf.de

4 Zimmer-Wohnung in Wutöschingen zu vermieten – ab sofort!
96 m² große Wohnung mit Balkon, Keller und zentraler Lage in Wutöschingen, direkt oben bei der Mediothek in Wutöschingen.
Kaltmiete: 800,00 €
Nebenkosten: 230,00 €
Parkplatz bei Bedarf: 50,00 € / Monat
Bei Interesse bitte melden!

Frau Gunesekere
Tel: +41 783121415 (whatsaap)

WIR SUCHEN DICH!
Werde SÜDKURIER-Zusteller (m/w/d) für Zeitungen und Briefe
in Schwerzen rund um Lindenstr.
Mindestalter 18 Jahre
ALS MINIJOB, TAGEWEISE, IN TEILZEIT ODER VOLLZEIT.
Bewirb dich unter: ***www.sk-logistik-jobs.de/zusteller-m-w-d/***
Bei Fragen: 07531/999 1100 Direkt-Kurier Zustell, Druck & Logistik GmbH

Platzierungswünsche

Platzierungswünsche können aus umbruchtechnischen Gründen nur als „Wünsche“ und nicht als Bedingung entgegengenommen werden.

Wir bitten unsere Inserenten um Verständnis.

Gemeinde WÜTÖSCHINGEN ...lebenswert

SCHLAGANFALL?
JEDE MINUTE ZÄHLT!

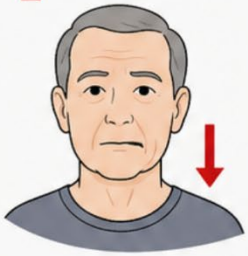
Ein Schlaganfall kann jeden treffen – ohne Vorwarnung. Mit der FAST-Regel können Sie die Anzeichen schnell erkennen und Leben retten.



Zögern Sie nicht – handeln Sie sofort!

DIE FAST-REGEL

F FACE GESICHT



Bitten Sie die Person zu lächeln.

Hängt ein Mundwinkel herunter?

A ARMS ARME



Bitten Sie die Person, beide Arme zu heben.

Kann ein Arm nicht gehoben werden?

S SPEECH SPRACHE



Bitten Sie die Person, einen einfachen Satz nachzusprechen.

Ist die Sprache undeutlich oder verwirrend?

T TIME ZEIT



Zögern Sie nicht!

Wählen Sie sofort den Notruf 112!

Jede Minute ohne Behandlung kann bleibende Schäden verursachen!

SOFORT 112 WÄHLEN!

Registrier dich und rette Leben!

DKMS
WIR BESIEGEN BLUTKREBS


FASNACHTSERÖFFNUNG
SAISON'27
JURASSIC QUARK
2 GUGGENMUSIKEN:
GUGGE BUCHER
UND
HALLI GALLI MAULBURG
FEUERSHOW DER
MENHIRHEXEN
DAZU ERWARTEN EUCH
2 BARS, SHOT- SOWIE
EINEN ESSENSSTAND
07.11.26 | 19:11
TROTTE WUTÖSCHINGEN
Fanfarenzug
Wutöschingen
MUSIKVEREIN
WUTÖSCHINGEN E.V.

Die Kleinkunstbühne im Wutachtal



Pariser Flair

„Zauber der Sterne“
Weihnachtslieder aus aller Welt

Samstag, 28. November 2026 20:00 Uhr

in der KLOSTERSCHÜER OFTERINGEN Kultur. Gut!

Sparkasse Hochrhein

Eintrittskarten:
VVK 24,00 EUR
AK 27,00 EUR

Vorverkauf und Reservierungen unter
07746 / 852-11 oder kultur-vhs@wutoeschingen.de

Erzählprogramm

Freitag, 13. November 2026, 19.00 Uhr

Hurra, verkackt!

-Geschichten über das erfolgreiche Scheitern-
von und mit den Erzählerinnen

Dorle Harrison



&

Sandra Lass



Wir streben überall nach Perfektion — privat, beruflich, beim Sport oder bei der Kindererziehung. Selbstoptimierung und Konkurrenz durch KI führen oft zu Erschöpfung. Dabei vergessen wir, wie schön menschlich sein ist: Scheitern gehört dazu. Geschichten aus Folklore, Mythen, Biographien und dem echten Leben zeigen, dass Scheitern normal ist. Sie bringen uns zum Lachen, Nachdenken oder Weinen und ermutigen dazu, unsere Unvollkommenheit zu zeigen.

Dorle Harrison und Sandra Lass erzählen seit 2021 frei, mündlich und begeisternd — mal in Schulen, mal bei Veranstaltungen, solo oder gemeinsam.

Einlass: 18.45 Uhr
Eintritt frei

Mediothek
Wutöschingen

Fasnachtseröffnung

11.11.2026 ✧ 19.11 Uhr

Dorfplatz Degernau

Guggenmusik

25 Jahre



Hölledüüfel Degernau

\+ Ehemalige Hölledüüfel

Für Speis und Trank ist gesorgt

Wir freuen uns auf euch!