

MITTEILUNGSBLATT

der Verwaltungsgemeinschaft Dormitz

Jahrgang 46

Freitag, den 5. September 2025

Nummer 18

Veranstaltungen in der Verwaltungsgemeinschaft Dormitz

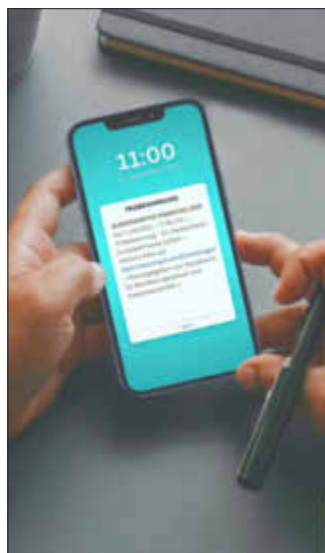
- 07.09. Wallfahrt, Kirchengemeinde Dormitz, 3 Uhr, Pfarrheim Dormitz
- 10.09. Frühstück, Seniorenkreis Hetzles und Honings, 9.30 Uhr, Kleine Schule, Hetzles

16.09. Schulanfang

- 17.09. Seniorennachmittag, Seniorenkreis Hetzles und Honings, 14 Uhr, Sportheim Hetzles
- 17.09. Seniorennachmittag, Gemeinde Dormitz, 14.30 Uhr, Mehrzweckhalle, Dormitz
- 21.09. Hetzleser Garagen- und Hofflohmarkt, Gemeinde Hetzles, 10 Uhr, Gemeinde Hetzles
- 21.09. Baby- und Kinderbasar, Kinderhaus Zur Schatzinsel, 14 Uhr, Mehrzweckhalle, Kleinsendelbach



Bundesweiter Warntag ist eine gemeinsame Aktion von Bund, Ländern und Kommunen



Der Bundesweite Warntag findet in diesem Jahr am **Donnerstag, 11. September**, statt. Dabei werden viele Warnkanäle erprobt, mit denen die Menschen in Deutschland vor Gefahren gewarnt werden. Zu den Warnkanälen zählen unter anderem Radio und Fernsehen, Warn-Apps wie NINA, Stadtinformationstafeln, Sirenen, Lautsprecherwagen, Infosysteme der Deutschen Bahn und der Mobilfunkdienst Cell Broadcast.

Wie läuft der Bundesweite Warntag ab?

Gegen 11 Uhr löst das BBK die Probewarnung über das sogenannte Modulare Warnsystem aus. Mit diesem System sind sehr viele Warnkanäle verknüpft, unter anderem die Warn-App NINA. Gleichzeitig lösen die teilnehmenden Länder und Kommunen ihre lokalen Warnmittel wie zum Beispiel Sirenen aus. Gegen 11.45 Uhr erfolgt für die meisten Warnmittel die Entwarnung der Probewarnung. Nähere Informationen finden Sie unter www.bbk.bund.de/bundesweiter-warntag

Warnsystem steht für reale Lagen zur Verfügung

Das Warnsystem ist auch während der bundesweiten Probewarnung am 11. September jederzeit einsatzbereit. Bei Bedarf können die zuständigen Behörden wie gewohnt die Menschen über das Modulare Warnsystem und seine Kanäle erreichen und vor realen Gefahren warnen. Für Rückfragen steht die Pressestelle des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) per E-Mail an pressestelle@bbk.bund.de zur Verfügung.

Nähere Informationen zum Bundesweiten Warntag 2025 finden Sie unter

www.bbk.bund.de/bundesweiter-warntag

Wichtige Rufnummern

Verwaltungsgemeinschaft Dormitz, Tel. 09134 99690

Sitz in Dormitz, Sebalder Straße 12
E-Mail: post@vgdormitz.de, www.vgdormitz.de

Öffnungszeiten (nach vorheriger Terminvereinbarung):

Mo, Di. 8-12 Uhr, Do, Fr. 8-12 Uhr, Do. zusätzlich 14-18 Uhr,
mittwochs geschlossen

Dringende Fälle für das Standesamt -

außerhalb der Dienstzeiten **0160 91893759**

Bürgermeistersprechstunden

Die Bürgermeister der Mitgliedsgemeinden der Verwaltungsgemeinschaft Dormitz halten zu folgenden Zeiten und in den nachstehend angegebenen Räumlichkeiten ihre Sprechstunden ab:

Gemeinde Dormitz

nach Terminvereinbarung im Rathaus Dormitz, Sebalder Straße 12

Gemeinde Hetzles

Montags, 16.30 bis 18 Uhr, außer in den Ferien,
Rathaus, Hauptstraße 3

Zusätzlich können unter Tel 09134-99690 und 09134-996926 online-Sprechstunden vereinbart werden.

Gemeinde Kleinsendelbach

Donnerstagnachmittag von 17-17.30 Uhr, außer in den Ferien
im Rathaus Kleinsendelbach, Schulstraße 2

Für Termine außerhalb der genannten Sprechstunden wenden Sie sich bitte an Tel. **09134 99690**

Zweckverband zur Wasserversorgung

der Schwabachgruppe **09126 298840**
(für Kleinsendelbach)

(Notfälle nach Dienstschluss) **09126 5800**

Zweckverband Marloffsteiner Gruppe **09134 99690**

Störungsdienst Wasser, Dormitz

Technische Beratung und Wasserqualität **09131 8230**

Unterbrechung der Wasserlieferung **09131 8233333**

Öffnungszeiten der Wertstoffhöfe - Sommermonate

Dormitz, Erleinhofer Straße

Di. 9 - 11 Uhr, Fr. 15 - 17 Uhr, Sa. 9 - 12 Uhr

Hetzles, Am Streitbaum, neben Bauhof

Di. u. Fr. 15 - 17 Uhr, Sa. 9 - 12 Uhr

Neunkirchen am Brand, Weyhausenstraße

Di. u. Fr. 15 - 17 Uhr, Mi. 9 - 11.30 Uhr, Sa. 9 - 12.30 Uhr

Kleinmengen Gartenabfälle zum Wertstoffhof

Neunkirchen am Brand

Deponie Gosberg, Tel. 09191/86-6301

Mo. - Fr. 8 - 16.15 Uhr, Sa. 9 - 12 Uhr

Wichtige Rufnummern

Feuerwehr und Rettungsdienst	112
Polizei	110
Polizeiinspektion Forchheim	09191 70900
Polizeiinspektion Erlangen-Land	09131 760514
Störungsdienst Strom	0941 28003366
Störungsdienst Erdgas	0180 2713600
Telefonseelsorge	0800 1110111
	0800 1110222
Kindernotruf	0800 1110333
Elternotruf	0800 1110550
Gewalt gegen Frauen	08000 1160116

Dorfhelferinnenstation - Frau Thiem **09242 7200**

Fleischbeschauer Dr. Romeiser, Neunkirchen
für Dormitz, Erleinhof, Hetzles und Honings **09134 822**

Fleischbeschauer Albrecht Müller,
Eckental für Kleinsendelbach

(alle Ortsteile) **09126 8695**

Tierkörperbeseitigung **09549 366**

Notdienste

Rettungsleitstelle Feuerwehr und Rettungsdienst **112**

aus allen Ortsnetzen vorwahlfrei

Ärztlicher Bereitschaftsdienst Bayern **116 117**

Außerhalb der Praxisöffnungszeiten

(erreichbar rund um die Uhr)

Notfallpraxis, Krankenhausstraße 9, Forchheim

ohne Voranmeldung

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do: 19-21 Uhr, Mi: 16-21 Uhr,

Fr: 16-21 Uhr, Sa, So, Feiertage: 9-21 Uhr

Ärztliche Notfallpraxis Erlangen e.V. **09131/816060**

Bauhofstraße 6, 91052 Erlangen

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do.: 18-21 Uhr, Mi, Fr. 13-21 Uhr,

Sa., So., Feiertage 9-21 Uhr

Zahnärztlicher Bereitschaftsdienst **0800 6649289**

an Samstagen, Sonntagen und Feiertagen

Zahnärztlicher Notdienst **0921 65025**

Zahnarztbereitschaft in der Praxis von 10-12 und 18-19 Uhr,
Wochenende und Feiertage

www.notdienst-zahn.de

Apotheken-Notdienst **0800 0022833**

Die Dienstbereitschaft beginnt und endet jeweils um 8 Uhr
morgens, Rufbereitschaft besteht von 0-24 Uhr.

Bitte nutzen Sie den Notdienst (Gebühr 2,50 Euro) am
Wochenende vorzugsweise von 11-12 Uhr und 17-18 Uhr

Tierärztlicher Notdienst **09134 822**

Tierarztpraxis Dr. Romeiser, Zu den Heuwiesen 8,
91077 Neunkirchen am Brand

Dr. Eva Windisch, Eckenhaider Hauptstraße 47,

90542 Eckental **09126-7487**

Ärztetafel

Dr. med. Ursula Greiner, Fachärztin für Allgemeinmedizin,
Neunkirchen a. Br. **09134 993336**

Dr. Cordula Braun-Quentin, Fachärztin für Allgemeinmedizin,
Dormitz **09134 997870**

Dr. med. Karsten Forberg und

Dr. med. Peter Walter **09134 99630**

Fachärzte für Allgemeinmedizin, Neunkirchen am Brand

Kinderärzte

Dr. med. Beate Kevekordes-Stade **09134 997855**

und Dr. med. Melichar Neunkirchen am Brand

Dr. Siegfried Schroll, **09134 844**

Arzt für Allgemeinmedizin und Sportmedizin,

Neunkirchen am Brand

FA Christian Ruckdeschel, **09134 616**

Facharzt für Allgemeinmedizin, Neunkirchen a. Br.

Dr. med. Ulrike Metzler-Bertram und Dr. med. Annette Borchardt,
Neunkirchen am Brand **09134 - 99 33 36**

Bücherei Hetzles, Tel. 09134 9911057

So. 10-11.30 Uhr, Di. 18.30-19.30 Uhr, Do. 16-17 Uhr,
feiertags geschlossen



Amtliche Bekanntmachungen

Verwaltungsgemeinschaft Dormitz

Aus den öffentlichen Sitzungen der Gemeinderäte

Die Ergebnisse aus den letzten Gemeinderatssitzungen finden Sie nach einer Sitzung unter den Beiträgen Ihrer Gemeinde. Ausführlichere Niederschriften zu den Gemeinderatssitzungen werden immer erst nach der Genehmigung durch den Gemeinderat auf der Homepage Ihrer Gemeinde oder in jedem Fall im Ratsinformationssystem der Verwaltungsgemeinschaft unter www.vgdormitz.de/ratsinfo veröffentlicht.



Auch über den QR-Code kommen Sie direkt zum Ratsinformationssystem.

Fundsachen

Referenznummer	Funddatum	Fundort	Beschreibung
F09474001 - F2025/000013	21.08.2025	91077 Dormitz	749 - Sonstiger Schmuck goldener Arming
F09474001 - F2025/000012	22.07.2025	91077 Kleinsendelbach	304 - Optische Brille, Korrekturbrille Brille, rot & schwarz
F09474001 - F2025/000011	10.07.2025	unbekannt	655 - Schlüsselbund mit Fahrzeugschlüssel Autoschlüssel mit Band
F09474001 - F2025/000010	25.06.2025	91077 Dormitz	411 - Trekking-Rad schwarzes Damenrad
F09474001 - F2025/000009	21.05.2025	91077 Dormitz	413 - Damenrad Damenfahrad
F09474001 - F2025/000008	16.05.2025	91077 Dormitz	652 - Einzel-Schlüssel Einzelschlüssel mit Anhänger
F09474001 - F2025/000006	14.05.2025	91077 Hetzles	355 - Elektronikzubehör Garagentoröffner

Gemeinde Dormitz

Vollzug der Straßenverkehrsordnung (StVO)

Straßenvollsperrung in der Frankenstraße und im Brunnenweg

Von **Freitag, 26. September**, bis **Montag, 6. Oktober**, ist die Kreuzung **Frankenstraße** auf Höhe der Einmündung **Brunnenweg** voll gesperrt.

Weiterhin wird es auch nicht möglich sein, vom **Brunnenweg** in die **Frankenstraße** zu fahren. Um den gesamten Kreuzungsbereich Frankenstraße, Brauereistraße und Schlesierstraße freizuhalten, werden Halteverbotsschilder aufgestellt.

Der Grund für diese Maßnahme ist die Anlieferung und das Stellen eines Hauses in der Frankenstraße, Ecke Brunnenweg. Der Anliegerverkehr ist bis zur Baustelle frei!

Wir bitten um Rücksichtnahme und Beachtung dieser Straßensperrung!

Das besondere Event - Pyroshow in Dormitz

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
es rührt sich was in unserer Gemeinde – und ich möchte Sie wie gewohnt aus erster Hand über diese Neuigkeiten informieren.

Am **Samstag, 27. September**, findet in Dormitz wieder eine Pyroshow statt. Zusammen mit jH-Pyrodesign präsentieren wir „Feuerwerk ist Kunst, Feuerwerk ist Kultur“. Es erwartet Sie erneut ein spannendes und außergewöhnliches pyrotechnisches Event.

Stattdessen wird die Veranstaltung am Sportgelände in der Sebalder Straße, worüber ich Sie hiermit gerne informieren möchte. Den Ablauf der Veranstaltung entnehmen Sie bitte dem folgenden Text.

Herzliche Grüße

Ihr

Holger Bezold

Erster Bürgermeister



jH-Pyrodesign und die Gemeinde Dormitz präsentieren „Feuerwerk ist Kunst, Feuerwerk ist Kultur“ „ÄSTHETIK, LEIDENSCHAFT & EMOTION“. Das ist nicht nur unser Anspruch – das ist unser Versprechen.

Wann: Samstag, 27. September

Wo: Sportplatz des 1. FC Dormitz e.V.,
Sebalder Straße, 91077 Dormitz.

Einlass: 18.30 Uhr, Beginn: 20 Uhr

Kosten: Der Eintritt ist kostenfrei (Spenden werden gerne entgegengenommen).

Euer Fahrplan durch den Abend:

18.30 Uhr: Wie gewohnt sorgt die Freiwillige Feuerwehr Dormitz für Eure Sicherheit und Euer leibliches Wohl. Dazu gibt es das perfekte Ambiente – mit offenen Feuerschalen und vielen weiteren Angeboten.

19.30 Uhr: Ein Blick hinter die Kulissen für alle Pyro-Begeisterten – das Team von jH-Pyrodesign lädt zu einer Abbrennplatzbegehung ein. Erlebe hautnah, wie Technik, Timing und kreative Ideen zu einer unvergesslichen Abschluss-show verschmelzen.

21.00 Uhr: Ein Highlight der Extraklasse - freut euch auf eine pyrotechnische Barock-Show. In dieser Form sehr selten zu sehen! Erlebt eine emotional-musikalische Show mit ruhigen, außergewöhnlichen Effekten – filigran choreografiert von unserem großartigen Kollegen Martin Ankele (Funkelnde Augenblicke)!

21.20 Uhr: Pyrotechnische Handwerkskunst der Weltklasse – handgefertigt ausschließlich in Deutschland, Italien und Spanien – wird in beeindruckenden Sequenzen in den Himmel gezaubert. Kaum zu glauben, dass das Team von Alexander Schmitt (JGW Berckholtz) seit 1838 als Manufaktur im fränkischen Land besteht!

21.40 Uhr: Eine spektakuläre Feuershow, die garantiert alle Erwartungen übertrifft! Der international renommierte Feuerkünstler Markus Just (Just non Stop), wird euch mit beeindruckender Feuer- und Flammenprojektor-Technik begeistern!

22.00 Uhr: jH-Pyrodesign und sein Team entführen Euch mit einer nachdenklichen, kunstvollen Pyroshow unter dem Motto ‚ÄSTHETIK, LEIDENSCHAFT & EMOTION‘ in eine Welt voller Gefühle!

22.30 Uhr: Für Nachtschwärmer und alle, die noch Lust haben: Genießt ein entspanntes Beisammensein an unseren Feuerschalen - der perfekte Ort, um den Abend mit tollen Gesprächen mit all unseren Pyrotechnikern und Künstlern ausklingen zu lassen!

Kommt vorbei, wir freuen uns auf Euch! Wir freuen uns auf Sie!

Erneute massive Verschmutzung der Toilette am Friedhof

Es ist zu bedauern, dass es in der jüngeren Vergangenheit wiederholt zu massiven Verunreinigungen der für die Notdurft errichteten öffentlichen Toilette am Friedhof kam.

Obwohl die Toilette in regelmäßigen Abständen einer gründlichen Reinigung unterzogen wurde, konnte das bestehende Problem nicht behoben werden.

In der Folge sahen wir uns bedauerlicherweise genötigt, die Toilette einstweilen zu sperren, da eine weitere Benutzung nicht länger als zumutbar erachtet wurde. Aufgrund der zunehmenden Verschmutzungen wird eine dauerhafte Öffnung der Toilette vorerst nicht mehr möglich sein.

Im Rahmen von Beisetzungen oder Trauerfeiern wird die Toilette im Vorfeld geöffnet, sodass die Trauergäste, sofern erforderlich, ihre Notdurft weiterhin verrichten können. Wir bedauern diese Maßnahme sehr und hoffen, dass dadurch das wiederholt auftretende Problem behoben wird.

Wir danken für Ihr Verständnis

Gemeinde Dormitz

Seniorenachmittag - Radtouren



Liebe Seniorinnen und Senioren,

wir hoffen, Sie hatten schöne und erholsame Sommertage!

Umso mehr freuen wir uns, Sie nun wieder zu unserem ersten Seniorenachmittag nach den Ferien einzuladen.

Am **Mittwoch, 17. September**, treffen wir uns von 14.30 bis 16.30 Uhr in der Mehrzweckhalle. Freuen Sie sich auf einen interessanten Vortrag von Herrn Dr. Thomas Hartl, der uns wertvolle Tipps zum Thema „Notfälle im Alter - richtiges Ver-

halten“ geben wird.

Auch unsere beliebten Radtouren dürfen natürlich nicht fehlen. Die nächste gemeinsame Ausfahrt findet am **Mittwoch, 24. September**, statt. Treffpunkt ist wie gewohnt um 11 Uhr am Feuerwehrhaus.

Wir freuen uns sehr auf ein fröhliches Wiedersehen, gute Gespräche und einen schönen Nachmittag!

Herzliche Grüße

Ihr Seniorenteam

Alles Gute für das neue Schuljahr



Am **Dienstag, 16. September**, geht's wieder los!

Für viele Kinder beginnt ein neues und spannendes Kapitel – das neue Schuljahr startet.

Damit alle sicher ankommen, denken wir daran: Rücksicht im Straßenverkehr ist jetzt besonders wichtig. Ob zu Fuß, mit dem Rad oder im Auto – ein wachsames Auge schützt unsere Kleinsten.

Ich wünsche allen Schülerinnen und Schülern einen tollen Start ins Schuljahr 2025/26!

Euer

Holger Bezold

Erster Bürgermeister



Agenda 21 Dormitz

Ferienprogramm „Brezen backen“



Auch in diesem Jahr beteiligte sich die Agenda 21 wieder beim Ferienprogramm der Gemeinde und fuhr mit zehn Kindern nach Tennenlohe zu „Der Beck“, um in die Kunst des Brezen Backens eingeführt zu werden.

Dort angekommen, gab es zunächst ein paar allgemeine Infos zu den Getreidearten, die beim Backen Verwendung finden, dann wurden die Hände gewaschen, es gab für jedes Kind ein Haarnetz und ein T-Shirt und endlich ging es in die Backstube. Dort lagen schon die vorbereiteten Teig-

linge bereit und es ging gleich ans formen. Es war gar nicht so einfach, aus einer Kugel einen langen Strang zu formen, aber mit ein bisschen Unterstützung haben es alle gut geschafft.

Unter der Anleitung von zwei freundlichen Bäckern wurden dann aus dem Teig Brezen, Schnecken, Zöpfe, Mäuse, Herzen und noch viel mehr gezaubert. Und endlich konnten die Werke aufs Blech gelegt werden und kamen in den Backofen. In der Zeit, in der die Kinder gespannt auf ihre fertigen Produkte warteten, konnten sie sich bei einem Getränk erfrischen und noch ein bisschen im Betrieb umschauen. Und dann war es soweit: aus dem Backofen kamen die duftenden Gebäckstücke, die auch gleich zum mit nach Hause nehmen in Tüten verpackt wurden.

Als Belohnung fürs fleißige Arbeiten gab es am Ende für jedes Kind noch eine Kugel Eis und anschließend sind alle, bepackt mit leckerem Gebäck für das nächste Abendessen, nach Hause gebracht worden.

Ein schönes Erlebnis für alle, die dabei waren!

Sommerlesenacht 2025 - Kühl, aber cool!

Wenn die Agenda 21 zur Sommerlesenacht in den Garten von Familie Rehm einlädt, dann kommen immer viele Stammgäste, aber jedes Mal sind auch neue Besucher dabei. Das Wetter blieb trocken und die Kühle am Abend konnte mit den bereitgelegten Decken der Gastgeberin abgebildert werden.



Nach dem traditionellen Sekt-empfang und der Begrüßung durch Sabine Rehm ging es dann auch schon los: Anneliese Preu startete mit dem Gedicht von Mascha Kaléko „Sozusagen grundlos vergnügt“. Es folgte hohe Literatur mit zwei der 154 Sonette von William Shakespeare in deutscher Übersetzung, vorgelesen von Pat Schmid.

„Dormitzer Geschichten“ nannte Susanne Degenhardt ihre aufgeschriebenen Erlebnisse um ein vermeintliches Krokodil im Nachbargarten

und eine waghalsige Kletteraktion vom Balkon im zweiten Stock und erntete damit viele Lacher.

Danach hörten wir drei kleine Episoden aus dem Alltagsleben von Tim Reinhold, lebendig gelesen von Peter Fiedler. Das schnelle Wachstum des Nachwuchses und der damit verbundene Klamottenkauf wurde genauso amüsant vorgetragen wie die pubertierende Tochter, oder dass Kochen eben doch echte Männersache ist.

Nachdem heuer auch fünf Kinder unter den Zuhörern waren, hat Sabine Rehm kurzfristig umdisponiert und noch vor der Pause ihre erste Geschichte vom Jagdhund, als dieser als Welpen in die Jägersfamilie kommt, geholt und dann zum hörbaren Vergnügen des Publikums in der ihr lebendigen Art vorgetragen.

Nach so vielem Zuhören war eine Pause angesagt. Bei Getränken und kleinen Snacks konnten sich aktiv Beteiligte und Gäste stärken und auch über das bereits Gehörte austauschen.

Guenter Popp hatte nach der Pause ebenfalls die Lacher auf seiner Seite mit dem Gedicht „Sängerwerbung“, in dem es darum ging, wie schwierig es ist, speziell Männerstimmen für einen Gesangverein zu finden.

Danach hörten wir noch einmal Peter Fiedler mit der Kurzgeschichte „Die Erbsensuppe“ samt der bekannt fatalen Folgen nach zuviel Verzehr dieser Hülsenfrüchte. Auch bei „Ehekrise“ konnte sich der eine oder die andere wiederfinden. Viel zum Nachdenken bot der Text „Deus ex Machina“. Der Mensch macht sich selbst zum Schöpfer, kennt keine Grenzen mehr und sieht sich selber als die höchste Stufe des Seins.

Aber dann wurde es nochmal humorig: Sabine Rehm hat mit „Mei Dribb nach Berlin“ die Geschichte eines Reisenden auf fränkisch erzählt, der im ICE zu seiner Tochter nach Berlin fährt und dabei in Nürnberg einen Großalarm auslöst. Und zum Schluss hörte man von Guenter Popp unter dem Titel „Wos midanander“, wie schwierig es sein kann, wenn ein Ehepaar mal etwas gemeinsames machen will.

Musikalisch begleitete Norbert Rietsch mit seiner Gitarre die von allen mitgesungenen Lieder und sorgte auch mit seinen irischen Songs für eine ganz besondere Stimmung an diesem Abend.

So war auch die diesjährige Sommerlesenacht wieder ein voller Erfolg. Und wenn wir nächstes Jahr unser 25-jähriges Jubiläum feiern, dann gibt es bestimmt die ein oder andere Anekdote aus der Vergangenheit dieser beliebten Veranstaltung zu erzählen.



LINUS WITTICH
Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.

Geschäftsanzeigen online aufgeben:

anzeigen.wittich.de

Gemeinde Hetzles

Ferienprogramm der Bücherei Hetzles

Auch dieses Jahr hat sich die Bücherei am Ferienprogramm beteiligt. Die Anmeldungen waren enorm, sodass wir leider einigen Kindern absagen mussten, was uns sehr leidtat.

So fand das Bilderbuchkino Anfang August mit 31 Hetzleser und Honinger Kindern in der Mittagsbetreuung und im Turnraum der Grundschule statt. Unsere diesjährige Geschichte war das „Rotkäppchen“. Zuerst wurde kurz die Geschichte des Rotkäppchens frei nach den Gebrüder Grimm erzählt und dann ging es an die eigentliche Geschichte von Sebastian Meschenmoser: „Rotkäppchen hat keine Lust“.

Die Geschichte handelt vom schlecht gelaunten Rotkäppchen, das seiner Großmutter einen Geburtstagsbesuch abstatten muss, obwohl es für den Sonntag ganz andere Pläne hatte. Sie begegnet dem Wolf, der sie eigentlich fressen will, aber zuerst muss noch einiges erledigt werden. Da das Rotkäppchen für die Großmutter ganz seltsame Geschenke in ihrem Korb hatte, hat der Wolf kurzerhand mit dem Rotkäppchen Kuchen gebacken und Wein gekauft. Die Großmutter hat sich riesig gefreut und sie hat sich super mit dem Wolf unterhalten, Fotos angeschaut und, und, und,während das Rotkäppchen immer griesgrämiger wurde.

Die Kinder hörten gespannt zu und sahen sich die passenden Bilder dazu an. Die Spannung war groß und alle fieberten mit, was wohl noch passieren würde. Wird das Rotkäppchen und die Großmutter auch in dieser Geschichte vom bösen Wolf gefressen?

Das Buch kann in der Bücherei ausgeliehen werden oder Sie lassen sich die Geschichte mit den gebastelten Figuren von Ihrem Kind erzählen.

Im Anschluss wurde gespielt, gegessen und gebastelt. Natürlich passend zur Geschichte gab es Kuchen und Traubensaft.

Das Ergebnis kann sich sehen lassen. Alle waren mit Eifer dabei und hatten gaaaaanz viel Spaß. Vielleicht bis demnächst in der Bücherei Hetzles



Veranstaltungen des Seniorenkreises Hetzles und Honings

Liebe Senioren/innen,

der Herbst zieht ins Land und wir treffen uns wieder regelmäßig im Sportheim und in der Kleinen Schule.

Im September 2025 finden folgende Veranstaltungen statt:

- **Frühstück** am **Mittwoch, 10. September**, ab 9.30 Uhr im „Kleinen Schulhaus“
- **Seniorenachmittag** am **Mittwoch, 17. September**, um 14 Uhr im Sportheim
- **Spiele-Nachmittag** am **Mittwoch, 24. September**, um 14 Uhr im Sportheim

Gerne begrüßen wir - wie immer - auch neue Gesichter! Auf Euer zahlreiches Kommen freut sich das Senioren-Team.

Gemeinde Kleinsendelbach

Diesjährige Wasserablesung: Der Markt Eckental und der Zweckverband zur Wasserversorgung Schwabachgruppe informieren

Selbstablesung der Wasserzähler

Wasserablesung für den Abrechnungszeitraum 2024/2025

Im September werden wieder die jährlichen Zählerstände für den Abrechnungszeitraum 2024/2025 für die Ortsteile Steinbach, Kleinsendelbach und Schellenberg durch Selbstablesung ermittelt.

Dafür bitten wir Sie, die Ablesekarte, die Sie Anfang bis Mitte September erhalten, auszufüllen und bis spätestens **Dienstag, 30. September** an uns zurückzusenden.

Alternativ können Sie den Zählerstand bequem im Internet auf unserer Internetseite www.eckental.de melden, sobald Ihnen die Ablesekarte zugestellt wurde. Des Weiteren besteht auch die Möglichkeit mit Ihrem Smartphone oder Tablet den QR-Code einzuscannen und den Zählerstand mitzuteilen.

Bitte Rücksendetermin einhalten: 30. September 2025!

Wir weisen daraufhin, dass die Einhaltung des Rücksendetermins dabei äußerst wichtig ist. Erhalten wir von Ihnen keine Rückmeldung oder geht die Ablesekarte verspätet ein, müssen wir den Verbrauch auf Grundlage des Vorjahresverbrauches schätzen. Spätere Änderungen sind dann leider nicht mehr möglich.

Wir bedanken uns bereits im Voraus für Ihre Unterstützung. Bei Fragen zur Aablesung stehen Ihnen unsere Mitarbeiterinnen Esther Bock, Tel. 09126-903273, oder Verena Goller, Tel. 09126-903276, gerne zur Verfügung.



Grundschule Dormitz-Hetzles- Kleinsendelbach

Herzlich Willkommen im neuen Schuljahr 2025/26!

1. Schultag: Dienstag, 16. September 2025

Schulhaus Dormitz	Schulhaus Hetzles
2.-4. Klasse:	2.-4. Klasse:
Unterricht von 7.55 – 11.10 Uhr	Unterricht von 8.10 – 11.25 Uhr
1. Klasse: 9.00 Uhr – 11.00 Uhr	1. Klasse: 9.00 Uhr – 11.20 Uhr

2. Schultag: Mittwoch, 17. September 2025

Schulhaus Dormitz	Schulhaus Hetzles
Unterricht von 7.55 – 11.10 Uhr	Unterricht von 8.10 – 11.25 Uhr
Schulanfangsgottesdienst:	Schulanfangsgottesdienst:
8:15 Uhr	10.00 Uhr

3. Schultag: Donnerstag, 18. September 2025

Schulhaus Dormitz	Schulhaus Hetzles
Unterricht nach Stundenplan	Unterricht nach Stundenplan

Buszeiten

Abfahrtszeiten zur Schule:	
Steinbach	7.19 Uhr
Schellenberg	7.22 Uhr
Neubau	7.24 Uhr
Kleinsendelbach	7.30 Uhr
Dormitz	7.40 Uhr
Honings	7.50 Uhr
Hetzles	7:55 Uhr

Heimfahrten von Schule

Abfahrt nach 4. Stunde Dormitz	11.20 Uhr	Hetzles	11.35 Uhr
Abfahrt nach 5. Stunde Dormitz	12.20 Uhr	Hetzles	12.20 Uhr
Abfahrt nach 6. Stunde Dormitz	13.05 Uhr	Hetzles	13.15 Uhr

Wir wünschen allen Schülern ein erfolgreiches Schuljahr 2025/26!

Antje Brück, Rektorin

Christine Schmid, Konrektorin



Förderverein First Responder

Mitgliederversammlung

Sehr geehrte Mitglieder des Fördervereins, hiermit laden wir herzlich zur 12. ordentlichen Mitgliederversammlung des Fördervereins First Responder der Feuerwehr Dormitz e.V. am **Freitag, 26. September** um 19:30 Uhr im Feuerwehrhaus Dormitz ein.

Tagesordnungspunkte:

1. Begrüßung
2. Gedenken der Verstorbenen
3. Protokoll der letzten Mitgliederversammlung
4. Bericht des nichtärztlichen Leiters
5. Bericht des Vorstandes
6. Bericht des Kassiers
7. Bericht der Kassenprüfer
8. Entlastung der Vorstandschaft
9. Neuwahl der Vorstandschaft
10. Wünsche und Anträge

Wir weisen darauf hin, dass diese Veranstaltung für alle Mitglieder des Fördervereins ist. Deshalb würden wir uns sehr freuen, dass wir neben unseren aktiven auch unsere fördernden Mitglieder und Ehrenmitglieder zu dieser Versammlung begrüßen zu dürfen!

Mit freundlichen Grüßen

Ihre Vorstandschaft der First Responder

Bayerischer Bauernverband

Veranstaltungstermine

Vorsorge und Testament – ein Thema für Jung und Alt

- **Freitag, 24. Oktober**, um 19 Uhr, Gasthaus Bürgerstuben, Sudetenstraße 3, in Neunkirchen am Brand, Anmeldung und weitere Infos unter <https://www.bildung-beratung-bayern.de/?tid=27028674>

Die Teilnehmergebühr beträgt 3 Euro pro Person und wird vor Ort in bar eingesammelt.

- **Freitag, 14. November**, um 19 Uhr, Gasthof Fränkische Schweiz, Pezoldstraße 20, in Gößweinstein, Anmeldung und weitere Infos unter <https://www.bildung-beratung-bayern.de/?tid=27028675>

Die Teilnehmergebühr beträgt 3 Euro pro Person und wird vor Ort in bar eingesammelt.

Schulungen Sachkundenachweis Pflanzenschutz 2025

Freitag, 31. Oktober, 17 bis 21 Uhr, Hirschaid

Montag, 3. November, 13 bis 17 Uhr, Online

Freitag, 21. November, 17 bis 21 Uhr, Schlaifhausen

Freitag, 28. November, 17 bis 21 Uhr, Online

Donnerstag, 4. Dezember, 9 bis 13 Uhr, Online

Eine schriftliche Anmeldung ist zwingend notwendig. Anmeldeformulare gibt es in der BBV Geschäftsstelle oder auf der BBV Homepage unter <https://www.bayerischerbauernverband.de/kreisverband/forchheim/fortbildung-sachkunde-pflanzen-schutz-37038>

Qualifizierung zur Agrarbürofachkraft

Mittwoch, 12. November, bis **Mittwoch, 25. März 2026**, 16-tägiger Kurs, immer Mittwochs von 9 bis 16.30 Uhr

Die Anforderungen an das Agrarbüro verändern sich rasant: Zwischen Belegmanagement, neuen Förderregelungen und digitalen Lösungen ist fundiertes Wissen gefragt. Unser Lehrgang vermittelt genau das – aktuell, praxisnah und verständlich.

- Zeitmanagement & Büroorganisation – damit mehr Zeit für das Wesentliche bleibt
- Digitale Werkzeuge & Künstliche Intelligenz – moderne Helfer für den Büroalltag
- Agrarpolitik & Förderprogramme – was wirklich wichtig ist und worauf man achten muss
- Rechtliche Grundlagen & Buchführung – klar, verständlich und direkt umsetzbar

Ganz gleich, ob auf dem Hof, im Büro oder dazwischen - dieser Kurs richtet sich an (Quer) EinsteigerInnen und Mitarbeitende in landwirtschaftlichen Betrieben. Gestalten auch Sie Ihr Agrarbüro zukunftsfähig! Die Kursgebühr beträgt 900 Euro für BBV Mitglieder, 1.060 Euro für Nicht-BBV-Mitglieder, Anmeldeabschluss ist am Mittwoch, 5. November.

Ansprechpartner ist die BBV Hauptgeschäftsstelle Oberfranken, Tel. 0951- 965170,

Email: oberfranken@bbv-bildungswerk.de,

Anmeldung unter

<https://www.bildung-beratung-bayern.de/?tid=27028511>

Veranstaltungen des BBV Bildungswerkes im Bezirk Oberfranken sind grundsätzlich für jedermann zugänglich. Auch Nichtlandwirte und Privatpersonen sind willkommen! Alle Termine finden Sie auf unter

www.bayerischerbauernverband.de/kreisverband/forchheim

Der neue Landfrauenkalender 2026 ist eingetroffen

Der beliebte Kalender eignet sich wunderbar als Geburtstags- oder Weihnachtsgeschenk oder einfach auch als nettes Mitbringsel. Der Landfrauenkalender 2026 kostet 9,50 Euro und kann direkt in der BBV-Geschäftsstelle in Forchheim erworben werden. Es ist nur Barzahlung möglich – kein Versand.



Programm

Gesellschaft

Hörpfade - Geschichte(n) im Landkreis Forchheim

Gemeinsam mit unseren Kooperationspartnern, dem Bayerischen Rundfunk, der Stiftung Zuhören und dem Bayerischen Volkshochschulverband, erstellen wir kleine Hörbeiträge, die auch im Internet veröffentlicht werden. Vorkenntnisse brauchen Sie dafür nicht - im Gegenteil: Sie lernen in diesem Kurs, wie man eine Idee findet, ein Projekt richtig recherchiert, die Texte dazu schreibt, richtig spricht und das alles technisch professionell als Audiobeitrag im Internet präsentiert. In kleinen Gruppen werden Sie vom Kursleiter unterstützt, führen selbst Interviews, schreiben und sprechen Texte auf digitalen Aufnahmegegeräten und schneiden ihre Beiträge dann mit einem Audio-Bearbeitungsprogramm.

Themen von Früher gibts dafür in Hetzles genug: Tracht, Dialekt, Handwerker, Waldschänke, Schleddern, usw...

Personen, die davon berichten können, immer weniger!

Gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus.

Kurs Ne001

Roland Rosenbauer

Montag, 29.9., 18.30-20 Uhr, 10 x

Gebührenfrei! Alter Kindergarten Hetzles

Sprachen

Englisch für Anfänger

Jeder kann Englisch lernen, und das mit viel Freude, Spaß und Spiel, ganz ohne Bücher. Machen sie mit, und lernen auch sie Englisch. Dies ist ein Kurs für Menschen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen, die Spaß haben, Englisch ganz ohne die Hilfe von Büchern zu erlernen. Machen sie sich also für den nächsten Urlaub jetzt schon fit!

7 Euro Papiergeld sind bei der Kursleitung zu zahlen.

Kurs Ne002

Sabine Steynberg

Montag, 22.9., 16.30-18 Uhr, 10 x

90 Euro (81 Euro) + Material, ab 6 Teilnehmern
Jugendclub Outback

Englisch ganz einfach

Jeder kann Englisch lernen, und das mit viel Freude, Spaß und Spiel, ganz ohne Bücher. Machen sie mit, und lernen auch sie Englisch oder bessern sie ihre Vorkenntnisse auf. Dies ist ein Kurs für Menschen mit moderaten Vorkenntnissen (entspricht A1), die Spaß haben Englisch ohne die Hilfe von Büchern zu erlernen. Machen also auch sie sich fit für den nächsten Urlaub!

7 Euro Papiergeld sind bei der Kursleitung zu zahlen.

Kurs Ne003

Sabine Steynberg

Montag, 22.9., 9-10.30 Uhr, 10 x

75 Euro (67,50 Euro) ab 8 Teilnehmern
Jugendclub Outback

Englisch ganz einfach am Dienstag

Jeder kann Englisch lernen, und das mit viel Freude, Spaß und Spiel, ganz ohne Bücher. Machen sie mit, und lernen auch sie Englisch oder bessern sie ihre Vorkenntnisse auf. Dies ist ein Kurs für Menschen mit moderaten Vorkenntnissen (entspricht A1), die Spaß haben Englisch ohne die Hilfe von Büchern zu erlernen. Machen sie sich also fit für den nächsten Urlaub!

7 Euro Papiergeld sind bei der Kursleitung zu zahlen.

Kurs Ne004

Sabine Steynberg

Dienstag, 23.9., 9-10.30 Uhr, 10 x

75,00 Euro (67,50 Euro) ab 8 Teilnehmern
Jugendclub Outback

Englisch ganz einfach am Abend

Jeder kann Englisch lernen, und das mit viel Freude, Spaß und Spiel, ganz ohne Bücher. Machen sie mit, und lernen auch sie Englisch oder bessern sie ihre Vorkenntnisse auf. Dies ist ein Kurs für Menschen mit moderaten Vorkenntnissen, die Spaß haben Englisch ohne die Hilfe von Büchern zu erlernen. Machen sie sich für den nächsten Urlaub fit, denn es wird im Kurs viel gesprochen!

7 Euro Papiergeld sind bei der Kursleitung zu zahlen.

Kurs Ne005

Sabine Steynberg

Donnerstag, 25.9., 17.30-19.00 Uhr, 10 x

75 Euro (67,50 Euro) ab 8 Teilnehmern
Jugendclub Outback

English conversation with pleasure - Niveau B1

You understand basic vocabulary and can express a simple idea. However, you want to practice the flow of natural conversation and train your listening skills. If you want to do it in a fun, relaxed atmosphere, this course is for you. It gives you the chance to learn new vocabulary, review grammar and of course, talk! And we laugh a lot. Now would you like to join us?

7 Euro Papiergeld sind bei der Kursleitung zu zahlen.

Kurs Ne006

Sabine Steynberg

Mittwoch, 24.9., 16.30-18 Uhr, 10 x
75 Euro (67,50 Euro) ab 8 Teilnehmern
Jugendclub Outback

Italienisch 2. Semester Lektion 5

Jeder kann Italienisch lernen und das mit viel Freude, Spaß und Spiel. Lernen Sie in angenehmer Atmosphäre Sprache, Land und Leute richtig kennen! Auch für Personen mit geringen Vorkenntnissen geeignet.

Buch: Nuovo Espresso A1, Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber Verlag)
ISBN 978-3-19-105438-0

Mitzubringen sind das Buch, Block, Stift und gute Laune.

Kurs Ne007

Dana Mannino

Dienstag, 16.9., 17-18.30 Uhr, 12 x
90 Euro (81 Euro) ab 8 Teilnehmern
Jugendclub Outback

Gesundheit**Gesunder Rücken und Gelenke mit der Dorn-Methode**

Die Dorn-Methode ist ein bewährter Ansatz zur Selbsthilfe bei Rücken- und Gelenkproblemen und wird oft als Geheimtipp empfohlen. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der Methode kennen und erarbeiten einfache Selbsthilfeübungen, mit denen Sie aktiv zur Korrektur einer Beinlängendifferenz, zur Linderung von Kreuzschmerzen sowie zur Verbesserung bei Knie- und Hüftbeschwerden beitragen können. Unter der Anleitung einer Heilpraktikerin erlernen Sie die Tipps und Übungen die ganzheitliche Gesundheit fördern und Körper und Geist auf natürliche Weise in Balance bringen.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Handtuch, bequeme Kleidung und Trinkwasser 3 Euro für Materialkosten

Kurs Ne008

Anna Velisek

Mittwoch, 22.10., 17.30-21 Uhr
21 Euro (18,90 Euro)
Mittelschule

Kundalini Yoga

Kundalini Yoga wird praktiziert, um Kundalini - die Lebensenergie, in den Chakren des Körpers fließen zu lassen. Die Chakren sind die (7) Energiezentren des Körpers und haben verschiedene Funktionen für Körper und Geist, die im Kundalini Yoga oft eine Rolle in den Übungsreihen spielen. Regelmäßiges Üben hilft dabei, den Alltag gelassener meistern zu können, flexibler zu werden und weniger gestresst zu leben. Kundalini Yoga ist eine Reise zu sich selbst. Neben den mentalen Effekten hat Kundalini Yoga natürlich auch viele positive Auswirkungen auf den Körper. Die oftmals dynamischen Übungen bringen den Körper ganz schön ins Schwitzen und regen den Kreislauf an. Auch Dehn- und Streckübungen sind Teil der Übungsreihen. Aber auch Themen wie Ängste lösen, Selbsterneuerung oder Offenheit können eine Yogastunde begleiten. Bitte Yogamatte, Decke, warme Socken und Wasser/Tee mitbringen.

Kurs Ne009

Margit Fees

Montag, 29.9., 17.45-18.45 Uhr, 10 x
40 Euro
Kindergarten Dormitz

Hatha Yoga zum Entspannen und für mehr Lebensqualität

Jeder der atmet, kann Yoga praktizieren (Krishnamacharya). Kräftigung und Dehnung des gesamten Körpers verbunden mit bewusster Atmung, helfen Verspannungen zu lösen und Geist und Körper können sich entspannen. Das Üben in den Asanas führt zu mehr Beweglichkeit, Stabilität, Ausdauer sowie Ausgeglichenheit und Kraft.

Bitte mitbringen: Matte oder Decke, dicke Socken, bequeme Kleidung, Handtuch und Kissen!

Kurs Ne010

Marga Arnold

Dienstag, 30.9., 8.30-10 Uhr, 10 x
60 Euro (54 Euro)
Jugendraum Feuerwehrhaus

Hatha Yoga zum Entspannen und für mehr Lebensqualität

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Matte oder Decke, ein bis zwei Frotteetücher und ein Keilkissen (falls vorhanden)!

Kurs Ne011

Marga Arnold

Dienstag, 30.9., 10.15-11.45 Uhr, 10 x
60 Euro (54 Euro)
Jugendraum Feuerwehrhaus

Yoga für Fortgeschrittene mit Erfahrung

Eine korrekte Ausrichtung des Körpers in den einzelnen Asanas durch detaillierte Anweisungen sensibilisiert die eigene Körperwahrnehmung. Das Üben mit Tiefe in den Asanas führt zu Beweglichkeit, Stabilität, Ausdauer, Ausgeglichenheit und Kraft. Mit Asana-Reihen im Fluss geübt wird Beweglichkeit für Körper und Geist erlangt. Sinne und Aufmerksamkeit werden fokussiert. Die Teilnehmer werden zum eigenständigen und bewussten, achtsamen Üben des Yoga und der Asanas herangeführt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Yogamatte - Gurt - 2 Klötze

Kurs Ne012

Sabine Dohlus

Dienstag, 7.10., 18-19.30 Uhr, 14 x
105 Euro
Turnraum Schule Hetzles

Eine Reise durch die Chakren

Entdecke die Kraft der sieben Chakren, lerne ihre Bedeutung und Funktionen kennen und erfahre, mit welchen asanas du deine Chakren aktivieren kannst. Lass dich am Ende der Stunde zu einer geführten Meditation mitnehmen, die das jeweilige Chakra anspricht. Erlebe eine Reise, die zur Balance von Körper und Geist führt.

Kurs Ne013

Gabriele Kapp

Montag, 22.9., 17.30-18.45 Uhr, 13 x
81,30 Euro
Feuerwehrhaus Rosenbach

Eine Reise durch die Chakren**Kurs Ne014**

Gabriele Kapp

Montag, 22.9., 16-17.15 Uhr, 13 x
81,30 Euro
Feuerwehrhaus Rosenbach

Eine Reise durch die Chakren**Kurs Ne015**

Gabriele Kapp

Donnerstag, 25.9., 9-10.15 Uhr, 14 x
87,50 Euro
Feuerwehrhaus Rosenbach

Eine Reise durch die Chakren**Kurs Ne016**

Gabriele Kapp

Mittwoch, 24.9., 19-20.15 Uhr, 14 x
87,50 Euro
Feuerwehrhaus Rosenbach

Eine Reise durch die Chakren

Kurs Ne017

Gabriele Kapp

Mittwoch, 24.9., 17.30-18.45 Uhr, 14 x

87,50 Euro

Feuerwehrhaus Rosenbach

Eine Reise durch die Chakren

Entdecke die Kraft der sieben Chakren, lerne ihre Bedeutung und Funktionen kennen und erfahre, mit welchen asanas du deine Chakren aktivieren kannst. Lass dich am Ende der Stunde zu einer geführten Meditation mitnehmen, die das jeweilige Chakra anspricht. Erlebe eine Reise, die zur Balance von Körper und Geist führt.

Kurs Ne018

Gabriele Kapp

Freitag, 10.10., 9-10.15 Uhr, 13 x

81,30 Euro (73,20 Euro)

Gemeinschaftshaus Ebersbach

Bewegung - Gymnastik - Fitness**Fit im Grünen - „Rundum-Training“ mit Naturerlebnis**

Ein bunt gemischtes „Rundum-Training“ in der Natur für Kraft, Beweglichkeit, Koordination - und gute Laune! Auf unserem Weg durch den Reichswald wechseln wir immer wieder zwischen kurzen Lauf- oder Gehstrecken und variantenreichen Übungen. Unsere Trainingsgeräte? Was uns der Wald so bietet: Stöcke und Stämme für starke Muskeln, gesunde Luft für freies Atmen und viel Grün zur Entspannung. Tempo und Intensität lassen sich für jede*n persönlich anpassen.

Treffpunkt: Bolzplatz in Dormitz (Jugendclub Leuchtturm), Ende der Schwabachstraße

Bitte mitbringen: Laufschuhe und dem Wetter angepasste Sportkleidung (wir trainieren bei jedem Wetter, außer bei Sturm und Gewitter)

Kurs Ne019

Kerstin Staubach

Montag, 13.10., 9-10 Uhr, 10 x

60 Euro (54 Euro) Kleingruppe

Treffpunkt: Bolzplatz in Dormitz (Jugendclub Leuchtturm), Ende der Schwabachstraße

Wirbelsäule + Fitness

Rückenfitness - gesundheitsorientiertes und gelenkschonendes Ganzkörpertraining. Inhalt sind Kraft- und Mobilisationsübungen. Entspannungs- und Dehnübungen beenden die Stunde. Bitte Matte mitbringen.

Kurs Ne020

Roswitha Klein

Montag, 22.9., 19-20 Uhr, 10 x

40 Euro (36 Euro)

Jugendraum Feuerwehrhaus

Fitness & Stretching

Die Muskeln aller Körperpartien werden gekräftigt sowie das Gleichgewicht geschult. Am Schluss bei sanfter Musik Dehnung und Entspannung.

Bitte mitbringen: Matte, Gymnastik-Hanteln oder zwei gefüllte 0,5l-Wasserflaschen, evtl. Theraband!

Kurs Ne021

Irmgard Neuner

Montag, 22.9., 9-10 Uhr, 15 x

60 Euro (54 Euro)

Jugendraum Feuerwehrhaus

Fitness & Stretching

Die Muskeln aller Körperpartien werden gekräftigt sowie das Gleichgewicht geschult. Am Schluss bei sanfter Musik Dehnung und Entspannung. Fortführungskurs für Teilnehmer aus dem vorigen Semester

Bitte mitbringen: Matte, evtl. Nackenkissen!

Kurs Ne022

Irmgard Neuner

Montag, 22.9., 10.15-11.15 Uhr, 15 x

60 Euro (54 Euro)

Jugendraum Feuerwehrhaus

Body Styling

Gymnastik der gesamten Körpermuskulatur, Koordinationsübungen, Kräftigung, Mobilisierung und Dehnung. Bitte mitbringen: Isomatte, evtl. Nackenkissen!

Kurs Ne023

Irmgard Neuner

Mittwoch, 17.9., 18-19 Uhr, 16 x

64 Euro (57,60 Euro)

Mehrzweckhalle Kleinsendelbach

Body Styling

Gymnastik der gesamten Körpermuskulatur, Koordinationsübungen, Kräftigung, Mobilisierung und Dehnung. Bitte mitbringen: Isomatte, evtl. Nackenkissen!

Kurs Ne024

Irmgard Neuner

Mittwoch, 17.9., 19.15-20.15 Uhr, 16 x

64 Euro (57,60 Euro)

Mehrzweckhalle Kleinsendelbach

Funktionelles Ganzkörpertraining

Du möchtest deinen Körper neu herausfordern, fit halten und im Alltag ein gutes Körpergefühl haben? Dann ist dieses Ganzkörpertraining genau das Richtige für dich. Jeder Muskel wird trainiert und unterstützt dich später auf optimale Weise im Alltag. Das Warm Up und Cool Down runden das Training zusätzlich ab. Bitte mitbringen: eine Matte und Handtuch und ein Getränk.

Kurs Ne025

Vera Kiowsky

Donnerstag, 2.10., 18-19 Uhr, 10 x

40 Euro (36 Euro)

Jugendraum Feuerwehrhaus

Kickbox-Aerobic - ab 16 Jahren

Dies ist ein schweißtreibendes Training zur Schulung von Kondition, Koordination, Beweglichkeit und Gleichgewicht mit Elementen aus Taekwon-Do, Boxen und Karate.

Bitte mitbringen: leichte Sportkleidung, Matte, Handtuch!

Kurs Ne026

Roland Brodkorb

Dienstag, 30.9., 18.30-19.30 Uhr, 16 x

64 Euro (57,60 Euro)

Grundschule UG Raum U4

Pilates + Faszien

Das Bindegewebenetzwerk der Faszien hält und unterstützt unseren Körper von innen. Es umhüllt jedes Organ, jeden Knochen und alle Muskeln. Wir verbinden klassische Pilatesübungen mit Faszientraining. In dieser Kombination wollen wir die Elastizität der Faszien erhöhen, verklebte und verhärtete Faszien lösen und lockern. Gut trainierte Faszien schützen die Muskeln vor Verletzungen und unterstützen die Beweglichkeit.

Bitte mitbringen: Matte, einen Tennisball und eine Faszienrolle.

Kurs Ne027

Roswitha Klein

Montag, 22.9., 18-19 Uhr, 11 x

44 Euro (39,60 Euro)

Jugendraum Feuerwehrhaus

Mit Pilates im Gleichgewicht für Anfänger und Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Pilates ist ein Ganzkörpertraining für Körper und Geist. Wir trainieren in unseren Stunden den Körper, um mehr Beweg-

lichkeit und eine kräftigere Muskulatur (Bauch-, Rücken- und Beckenboden) zu erlangen. Die Prinzipien von Josef Pilates sollen uns beim Trainieren helfen: Atmung, Koordination, Zentrum, Bewegungsfluss, Präzision und Kontrolle. In unseren Stunden werdet ihr von mir immer wieder an die Prinzipien von Josef Pilates erinnert und vor allem an das Powerhouse. Dieses steuert all unsere Bewegungen im Training. Der Entspannungsteil der Stunde wird zum Dehnen und natürlich zum Entspannen genutzt. Auch die Fasziendehnung kommt nicht zu kurz. Bitte Matte, Handtuch und falls vorhanden, einen Overball und vor allem gute Laune mitbringen.

Kurs Ne028

Karin Seitz

Mittwoch, 24.9., 16.50-17.50 Uhr, 8 x

32 Euro

Grundschule UG Raum U4

Pilates für Körper und Geist, für Anfänger und Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, falls vorhanden einen Overball und vor allem gute Laune

Kurs Ne029

Karin Seitz

Mittwoch, 24.9., 18-19 Uhr, 8 x

32 Euro

Grundschule UG Raum U4

Wirbelsäulengymnastik

Kurs Ne030

Annette Walter

Dienstag, 30.9., 9-9.45 Uhr, 15 x

45 Euro (40,50 Euro)

Gemeinschaftshaus Ebersbach

Wirbelsäulengymnastik

Kurs Ne031

Annette Walter

Dienstag, 30.9., 10-10.45 Uhr, 15 x

45 Euro (40,50 Euro)

Gemeinschaftshaus Ebersbach

Qi Gong für den Feierabend

Qi Gong ist eine Jahrtausende alte ganzheitliche Methode der chinesischen Bewegungskunst und der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Qi Gong besteht aus sanften, langsam ausgeführten Bewegungen und aus der aktiven Lenkung des Atems auf bestimmte Körperbereiche. Durch Qi Gong finden wir zurück in unsere Mitte, pflegen die Gesundheit, die richtige Körperhaltung, aktivieren unsere Selbstheilung und üben sehr einfach Meditation. Die Übungen finden im Stehen, Gehen, Sitzen und Liegen statt. Wir erlernen Basisübungen, Übungen aus dem Muskel und Sehnen Qi Gong (Neiyanggong) und Übungen der 4 Jahreszeiten (Winter).

Bitte mitbringen: Kissen, Decke und Matte, Getränk, bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe!

Kurs Ne032

Brigitte Molz

Dienstag, 30.9., 16.45-18.15 Uhr, 14 x

105 Euro (94,50 Euro)

Grundschule UG Raum U4

Tao Yin-Qigong

Tao Yin-Qigong ist eine Jahrtausende alte, ganzheitliche Methode der chinesischen Bewegungskunst und der traditionellen chinesischen Medizin. Tao Yin-Qigong besteht aus sanften, langsam ausgeführten Bewegungen und aus der aktiven Lenkung des Atems auf bestimmte Körperbereiche. Dadurch finden wir zurück zur Mitte, pflegen die Gesundheit, die richtige Körperhaltung und üben sehr einfache Meditation. Die Übungen finden im Stehen statt, bitte mitbringen:

Matte, Getränk, bequeme Kleidung, rutschfeste Socken/Schuhe

Kurs Ne033

Ursula Reumüller

Donnerstag, 2.10., 17.15-18.45 Uhr, 11 x

82,50 Euro (74,20 Euro)

Grundschule UG Raum U4

KlangReise

Regelmäßige Entspannungsübungen und Meditationen wirkt sich nachhaltig positiv aus. Sie stärken unsere Resilienz und lehren uns die Wichtigkeit des gegenwärtigen Augenblicks. Sie stärken innere Ruhe, unsere Gelassenheit, die Achtsamkeit zu uns selber und harmonisieren Geist, Körper und Seele. Lasse Dich von den sanften Klängen und Schwingungen der obertonreichen Klangschalen in die innere Ruhe und Stille begleiten, auf einer Reise zu Dir selbst.

Bitte mitbringen: Getränk, Matte, Decke, evtl. Kissen und warme Socken

Kurs Ne034

Ina Müllemann

Montag, 24.11., 19.30-20.30 Uhr, 2 x

12 Euro (10,80 Euro) Kleingruppe

Kindergarten Dormitz

KlangReise

Kurs Ne035

Ina Müllemann

Montag, 2.2., 19.30-20.30 Uhr, 2 x

12 Euro (10,80 Euro) Kleingruppe

Kindergarten Dormitz

Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Matte!

Kurs Ne036

Bettina Wittmann

Donnerstag, 2.10., 18-19.15 Uhr, 5 x

37,50 Euro (33,80 Euro) Kleingruppe

Kindergarten Dormitz

Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Matte!

Kurs Ne037

Bettina Wittmann

Donnerstag, 13.11., 18-19.15 Uhr, 5 x

37,50 Euro (33,80 Euro) Kleingruppe

Kindergarten Dormitz

Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Matte!

Kurs Ne038

Bettina Wittmann

Donnerstag, 8.1., 18-19.15 Uhr, 5 x

37,50 Euro (33,80 Euro) Kleingruppe

Kindergarten Dormitz

Linedance Fortführung

Für Teilnehmer/innen mit ersten Vorkenntnissen. Fortsetzung des vorigen Kurses. Voraussetzung ist die Teilnahme am vorhergehenden Kurs oder andere Vorkenntnisse im Linedance.

Linedance, eine Tanzart, die immer populärer wird. Tanzen mit anderen, aber ohne Partner. Zu Country- oder aktueller Popmusik. Alles, was man braucht, ist bequemes Schuhwerk, legere Kleidung und Freude an der Musik. Nicht Fitness, sondern pure Freude an der Bewegung steht im Mittelpunkt und macht Linedance sowohl für Damen als auch Herren jeden Alters attraktiv. Es macht Spaß, gemeinsam immer wieder neue Choreografien auszuprobieren und dabei automatisch Beweglichkeit und Gedächtnis zu trainieren.

Kurs Ne039

Rudolf Birckigt

Mittwoch, 8.10., 19.15-20.15 Uhr, 15 x

60 Euro (54 Euro)

Mittelschule Aula

Linedance Fortführung

Für Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen.

Fortsetzung der vorigen Kurse. Voraussetzung ist die Teilnahme am vorhergehenden Kurs oder andere Vorkenntnisse im Linedance.

Kurs Ne040

Rudolf Birckigt

Donnerstag, 9.10., 18-19 Uhr, 15 x

60 Euro (54 Euro)

Mittelschule Aula

Linedance Fortführung

Für Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen.

Kurs Ne041

Alexandra Schmitt

Donnerstag, 9.10., 19.15-20.15 Uhr, 15 x

60 Euro (54 Euro)

Mittelschule Aula

Linedance - Fortführung

Für Teilnehmer/innen mit sehr guten Vorkenntnissen.

Kurs Ne042

Rudolf Birckigt

Dienstag, 7.10., 19.30-20.30 Uhr, 15 x

60 Euro (54 Euro)

Mittelschule Aula

Linedance Fortführung

Für Teilnehmer/innen mit sehr guten Vorkenntnissen.

Kurs Ne043

Rudolf Birckigt

Montag, 6.10., 18-19 Uhr, 15 x

60 Euro (54 Euro)

Mittelschule Aula

Dance Workout

Das Workout verbindet schnellere und langsamere Rhythmen und Bewegungsabläufe zu einem Aerobic- und Fitnessworkout. Bitte Getränk und Sport- bzw. Tanzschuhe mitbringen.

Kurs Ne044

Stefana Taneva

Donnerstag, 2.10., 19-20 Uhr, 15 x

60 Euro (54 Euro)

Grundschule UG Raum U4

Salsa für Einsteiger und Wiedereinsteiger

Salsa - ein Tanz voller Lebensfreude und Leidenschaft

Lernen Sie in zwei aufeinander aufbauenden Kursstufen die Grundschnitte, ihre Varianten und wunderschöne Figuren des temperamentvollen Tanzes kennen. Zusätzlich vermitteln wir Ihnen eine korrekte Führung und das richtige Salsa-Feeling. Holen Sie sich die Karibik direkt in Ihr Leben. Vamos a bailar! Bitte paarweise anmelden, eine Anmeldung pro Paar genügt.

Kurs Ne045

Stefan Kummert

Mittwoch, 3.12., 18-19 Uhr, 6 x

72 Euro (64,80 Euro) pro Paar

Mittelschule Aula

Bachata - Fortgeschrittenen Kurs

Möchtest du das Tanzbein schwingen und die Rhythmen der Karibik erleben? Tauche ein in die Welt des Bachata und entdecke die Magie dieses sinnlichen Tanzes. Bachata ist ein

leidenschaftlicher, romantischer Tanz aus der Dominikanischen Republik, der sich durch seine sanften Bewegungen und eingängigen Rhythmen auszeichnet. Lerne die Grundschnitte und die ersten Figuren des Bachata. Für diesen Kurs sind keine Tanzvorkenntnisse nötig. Bitte paarweise anmelden, eine Anmeldung pro Paar genügt.

Kurs Ne046

Stefan Kummert

Mittwoch, 1.10., 18-19 Uhr, 6 x

72 Euro (64,80 Euro) pro Paar

Mittelschule Aula

Volkstänze aus aller Welt für Jung und Alt

Lust auf Bewegung, Lust auf Tanzen?

Wir tanzen einfache Kreistänze aus verschiedenen europäischen Ländern und vom Balkan, gesellige Tänze und Mixer aus den USA - eben internationale Volkstänze für Jung und Alt, die einfach Spaß machen. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Miteinander Tanzen und Spaß dabei haben - das gibt es bei uns, egal ob mit oder ohne Tanzpartner. Bitte mitbringen: passende Tanzschuhe (Steinfußboden), ein Getränk für die Pause!

Haben Sie Lust bekommen mitzumachen? Wir freuen uns auf Sie.

Kurs Ne047

Ingeborg Pflieger

Montag, 29.9., 19.30-21 Uhr, 15 x

112,50 Euro (101,20 Euro)

Jugendclub Outback

Tanzkurs 50+ „TANZ MIT - BLEIB FIT!“

Die große Bandbreite des Tanzangebotes in diesem Kurs umfasst alte und neue Tanzformen, moderne und höfische Tänze, Volks- und Kreistänze.

Tanzen ist Bewegung, Konzentrations- und Gedächtnistraining, macht Freude und Spaß. Teilnahme ist mit und ohne Partner möglich. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Erlernen und Vertiefen verschiedener Tanzstile.

Kurs Ne048

Bianka Witte

Dienstag, 30.9., 16.30-18 Uhr, 13 x

78 Euro (70,20 Euro)

Jugendclub Outback

Spezial**Herbstkräuterführung: Wilde Früchte, Samen und Wurzeln**

Auch im Herbst gibt es noch viele wilde Schätze zu finden und für die Ernährung und Gesundheit zu nutzen. Besonders in Früchten, Samen und Wurzeln stecken viele wertvolle Vitalstoffe, die wir auf dieser Führung kennenlernen werden. Zum Abschluß gibt es noch eine kleine Kostprobe zu genießen.

Mitzubringen sind: Sammelkörbchen, Messer oder Schere, Tasse oder Glas.

Kurs Ne049

Waltraud Zimmermann

Montag, 6.10., 14-17 Uhr

12 Euro (10,80 Euro)

Kalchreuth Gasthaus „Drei Linden“

„Make-up your day“ immer typgerecht geschminkt

Schnelle, praktische und professionelle Tipps für ein alltagstaugliches Make-up, passend für jedes Alter und jeden Anlass. Egal ob für den Alltag, Beruf oder Fotoshooting (z.B. Bewerbungsfotos). Als Visagistin und Make-up Artist zeige ich Ihnen die Tricks und Kniffe, die ihr Gesicht zum Strahlen bringen. So fühlen Sie sich wohl in ihrer Haut, sicher und selbstbewusst.

Bitte bringen Sie ein Haarband/-reif und Standspiegel mit. Wenn möglich ungeschminkt kommen oder Abschminkprodukte mitbringen.

Materialkosten: 5 Euro sind bei der Kursleiterin zu entrichten.

Kurs Ne050

Heidrun Wokittel

Mittwoch, 15.10., 18-21 Uhr

24,90 Euro (22,40 Euro

kleine Schule Hetzles

Kneippen für die Kleinsten - Kurs für Erwachsene #NEU#

In den ersten Jahren findet bei den Kleinsten ein spielerisches Erleben bestimmter Fähigkeiten und Fertigkeiten für das weitere Leben statt. Spielerisch kann Kindern (schon im U3 Bereich) von klein auf eine gesunde und wertvolle Beziehung zu sich und der Umwelt vermittelt werden. Wir sind Begleiter auf dem Weg der Kinder. In diesem Kurs erfahren wir einiges über die 5 Elemente des Kneippschen Gesundheitskonzept und bekommen dabei Grundlagenwissen über thermische Reize und Kneipp-Anwendungen mit praktischen Übungen, die uns Erwachsene zum Umdenken verleiten und wieder achtsamer im Umgang mit unserer eigenen Gesundheit, die unserer Kinder und der Natur werden lassen. Bitte ein Handtuch und eine Lieblingstasse mitbringen.

Kurs Ne051

Andrea Schmitt

Mi. 14.1. von 18 - 20 Uhr**Sa. 31.1.** von 9.30 bis 11.30 Uhr

24 Euro (21,60 Euro)

Alter Kindergarten Hetzles

Ernährung**Syrische Küche für Jung und Alt**

Neue Rezepte gesund und lecker gekocht. Wir wollen altbewährte und neue Gerichte aus dem Reichtum der syrischen Küche wieder miteinander kochen und genießen. Die Rezepte werden im Voraus per Mail gesendet. Jeder kann sich dann überlegen, was er kochen möchte.

Materialkosten von 17 Euro werden abgebucht

Kurs Ne052

Dr. Rajaa Nadler

Donnerstag, 16.10., 18-22 Uhr

20 Euro (18 Euro) inkl. Materialkosten 17 Euro

Mittelschule

Traditionell gefülltes Masala-Auberginencurry

Für alle Brinjal- oder Auberginenliebhaber gibt es ein traditionelles Rezept, welches aus dem Bundesstaat Maharashtra stammt. Dieses ist ein einfaches und authentisches Familienrezept. Es besteht aus gefüllten Auberginen in einer Soße aus Kokosnuss, Sesamsamen, Erdnüssen, Zwiebeln, Tomaten und Gewürzen. Es ist eines meiner Lieblingsrezepte und wird vegan zubereitet. Auch ich koche es regelmäßig bei mir zu Hause. Wir servieren dieses Auberginencurry mit gedämpftem Basmati-Reis oder Naan. Passend zu diesem leckeren und gesunden Gericht werden eine Vorspeise und ein Nachtisch serviert.

Kurs Ne053

Dr. Yamini Avadhut

Mittwoch, 8.10., 18-22 Uhr

20 Euro (18 Euro) inkl. Material 10 Euro

Mittelschule

Plätzchen backen

Bitte Schürze, Geschirrtuch und Dosen für das Gebäck mitbringen. Die Materialkosten werden vor Ort eingesammelt.

Kurs Ne054

Beate Wittmann

Montag, 24.11., 17-21 Uhr

20 Euro (18 Euro) + Material

Mittelschule

Südafrikanische Küche ganz einfach

Das Essen in Südafrika ist so vielfältig wie das Land, die Kultur

und die Menschen. Zusammen wollen wir eine Vorspeise, eine Hauptspeise (Durban Curry) und eine Nachspeise zubereiten. Das Curry ist bekannt für seine würzige Note und es besteht aus einer Mischung von indischen und südafrikanischen Einflüssen. Die Gewürzmischung bereiten wir selber zu. Beim Essen werden wir einen Rotwein genießen. Die südafrikanischen Weine sehen weltweit für Qualität und Exzellenz. Falls vorhanden, bitte einen Mörser mitbringen.

Kurs Ne055

Sabine Steynberg

Montag, 22.9., 18-22 Uhr

20 Euro (18 Euro) inkl. Material 18 Euro

Mittelschule

Küchla backen

Bitte mitbringen: 5 Geschirrtücher, großen stabilen Karton für das Gebäck.

Die Materialkosten von 12 Euro sind im Kurs zu zahlen.

Kurs Ne056

Beate Wittmann

Montag, 20.10., 16.30-20.30 Uhr

20 Euro (18 Euro) + Material

Mehrzweckhalle Dormitz, Schulstr. 5

Best of fränkische Tapas

Nach drei genussvollen Tapas-Teilen, ist es an der Zeit, die Highlights dieser Franken-Tatorte aufzudecken.

Die kleinen Geschmacksträger werden unser Buffet von süß bis pikant, von Fleisch, Fisch bis Vegetarisch, von einfach bis aufwendig beherrschen. Da wird der fränkische Sonnenaufgang nicht fehlen, eine Forelle mit Crostini verfeinert, sich ein Frankfurter unter schmuggeln und der Karpfen wird auch seinen Platz finden. Der ein oder andere Dip, die feine Praline und dazu ein fränkisches Getränk - für jede Gelegenheit/Fall etwas dabei. Auf einen schönen Abend in Franken.

Die Materialkosten werden vor Ort eingesammelt.

Kurs Ne057

Stephanie Karrasch

Mittwoch, 22.10., 18-22 Uhr

20 Euro (18 Euro) + Material

Mittelschule

Vegetarisch-kulinarische Reise durch Indien

Begeben Sie sich auf eine genussvolle Reise durch die vielfältige vegetarische Küche Indiens. Dieses Mal mit spannenden neuen Gerichten im Gepäck! Entdecken Sie die Magie exotischer Gewürze, traditioneller Zubereitungsweisen und moderner Variationen. Gemeinsam kochen wir köstliche Speisen, die nicht nur den Gaumen, sondern alle Sinne verwöhnen. Lassen Sie sich inspirieren, Ihren Speiseplan kreativ und aromatisch zu gestalten und genießen Sie Ihre selbstgekochten Köstlichkeiten in netter Runde.

Kurs Ne058

Monika Kapoor Paul

Dienstag, 18.11., 18-22 Uhr

20 Euro (18 Euro) inkl. Material 20 Euro

Mittelschule

Fit und gesund durch den Winter

Gesund und gestärkt durch die kalte Jahreszeit. Wärmende Suppen, gesunde vitaminreiche Salate, Hauptgerichte mit Wintergemüse und warme Desserts aus dem Backofen. Wir wollen an diesem Abend tolle einfache Winter-Rezepte probieren, die unser Immunsystem stärken, der Erkältungszeit trotzen, die unsere Seele wärmen und uns gute Laune machen.

Kurs Ne059

Sandra Gareis

Donnerstag, 13.11., 18-22 Uhr

20 Euro (18 Euro) inkl. Material 15 Euro

Mittelschule

Südafrikanische Küche ganz einfach

Das Essen in Südafrika ist so vielfältig wie das Land, die Kultur und die Menschen. Zusammen wollen wir eine Vorspeise, eine Hauptspeise (Durban Curry) und eine Nachspeise zubereiten. Das Curry ist bekannt für seine würzige Note und es besteht aus einer Mischung von indischen und südafrikanischen Einflüssen. Die Gewürzmischung bereiten wir selber zu. Beim Essen werden wir einen Rotwein genießen. Die südafrikanischen Weine sehen weltweit für Qualität und Exzellenz. Falls vorhanden, bitte einen Mörser mitbringen.

Kurs Ne060

Sabine Steynberg

Montag, 12.1., 18-22 Uhr

20 Euro (18) inkl. Material 18 Euro

Mittelschule

Levantinische Küche - Reise ins Morgenland

Die Aromen der Gewürze des östlichen Mittelmeerraums duften aus vielen kleinen Gerichten. Gemüse und Hülsenfrüchte spielen dabei die Hauptrolle. Fleisch und Fisch sind in den Nebenrollen vertreten. Zusammen verwenden wir die Gewürze in Salaten, Hummus, Dips, kleinen Spießchen, Teigtaschen und Brot. Die levantinische Küche ist Gemeinschaft und ein Lebensgefühl. Alle Gerichte auf den Tisch, alle Gäste an den Tisch und alles gemeinsam genießen. Die Materialkosten werden vor Ort eingesammelt.

Kurs Ne061

Stephanie Karrasch

Mittwoch, 21.1., 18-22 Uhr

20 Euro (18 Euro) + Material

Mittelschule

Perlenstricken #NEU#

Dieser Kurs widmet sich einer alten Handarbeitstechnik. Perle um Perle fädelt man mit einer dünnen Nadel auf feines Baumwollgarn (Hausaufgabe). Die Stärke der Stricknadeln beträgt nur 1 mm und erfordert Fingerspitzengefühl. Die Geldbörse wird in einem Stück gestrickt und mit einem passenden Innenfutter per Hand in den Taschenbügel genäht. Der Umgang mit der Stricknadel sollte bekannt sein. Materialkosten: ca. 20 Euro, verschiedenfarbige Perlen stehen zur Auswahl. Es muss kein Material mitgebracht werden. Die Teilnehmer bekommen alles von der Kursleitung.

Kurs Ne062

Andrea Schmitt

Do., 27.10. von 18-20 Uhr**Sa., 15.11.** von 9-12 Uhr**Sa., 13.12.** von 9-12 Uhr

49,50 Euro (44,60 Euro) + Material

kleine Schule Hetzles

Kleingruppe

Der Zwirnkноп - Altes Handwerk neu entdecken #NEU#

Knopfmachen ist ein wunderbarer Ausgleich zum Alltag. Mit den Posamentenknöpfen bringt man nicht nur Farbe ins Leben, bei der Arbeit mit Nadel und Faden konzentriert man sich außerdem ganz auf das Hier und Jetzt und kann mal Pause machen von allen Sorgen. Am Ende hält man ein kleines buntes Kunstwerk in der Hand - aus eigener Kraft erschaffen, etwas rundum Schönes! Ist der grundlegende Aufbau des Zwirnkнопes verstanden, lassen sich durch geschicktes Wechseln der Garnfarbe wunderbare Muster entwickeln und immer neue Varianten finden. So ist jeder Knopf ein Unikat. Um diesem gleich eine wunderbare Aufgabe zuzuteilen, nähen wir dazu ein Blumennadelkissen, den der Knopf zieren darf!

Voraussetzung: Geduld und Freude an kleinteiliger Handarbeit.

Bitte eine Schere, stumpfe Näh- oder Sticknadeln und evtl. Stoffreste mitbringen. Materialkosten: 10 Euro

Kurs Ne063

Andrea Schmitt

Samstag, 22.11., 9-13 Uhr

34,90 Euro (31,40 Euro)

kleine Schule Hetzles

Stoffreste in Szene setzen - ein Täschchen, wie zu Omas Zeiten #NEU#

Wer kennt sie nicht? Die kleinen Geldbeutelchen, die unsere Omas in ihren großen Taschen mit dabei hatten? Die, mit dem Taschenbügel! In diesem Täschchen lassen sich wunderbar Stoff- und Garnreste verarbeiten, die vielleicht sogar mit Erinnerungen behaftet sind. Sozusagen „Upcycling“ der besonderen Art! Dafür Täschchen braucht es nicht viel an Menge! Dazu ein bisschen Näherfahrung und handwerkliches Geschick, denn am Ende wird's etwas knifflig! Taschenbügel dafür, liegen bereit! Stickmusterideen dürfen gerne mit eingebracht werden. Alte Stoffreste, Webbänder, Spitzen usw. können auch vor Ort erworben werden.

Bitte mitbringen, wenn zur Hand: kleiner Schraubenzieher, neue oder gebrauchte Stoffe (ca. zweimal DinA4 groß), Webbändchen, beliebige Stickgarne, Sticknadel und Nähscere. Wer zur Verfügung hat, eine kleine grüne Schneidunterlage mit Zentimetereinteilung. Nähmaschine vor Ort.

Bei auftretenden Fragen gerne vorher an die Dozentin wenden (0171/2254657).

Die Materialkosten liegen zwischen 10 und 15 Euro.

Kurs Ne064

Andrea Schmitt

Mi., 10.12. von 18-21 Uhr**Sa., 10.01.** von 9.30-12.30 Uhr

36 Euro (32,40 Euro)

Alter Kindergarten Hetzles

Textiles Gestalten - Näh- und Zuschneidekurs

Für TeilnehmerInnen aus dem vorigen Semester

Kleidung nähen: einfach und modisch - für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Bitte mitbringen: Stoff, Nähutensilien, Fertigschnitt oder Modezeitschrift, Schnittpapier!

Kurs Ne065

Elisabeth Mayer-von Varendorff

Montag, 6.10., 18.30-21 Uhr, 8 x

120 Euro Kleingruppe

Jugendclub Outback

Textiles Gestalten - Näh- und Zuschneidekurs

Für TeilnehmerInnen aus dem vorigen Semester

Kleidung nähen: einfach und modisch - für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Bitte mitbringen: Stoff, Nähutensilien, Fertigschnitt oder Modezeitschrift, Schnittpapier!

Kurs Ne066

Elisabeth Mayer-von Varendorff

Mittwoch, 1.10., 10-12.30 Uhr, 8 x

120 Euro Kleingruppe

Jugendclub Outback

Kreativ**Aquarellkurs für Anfänger und Fortgeschrittene**

In diesen Unterrichtsstunden werden wir verschiedene Techniken und Herangehensweisen an die Aquarellmalerei behandeln. Ich werde Ihnen zeigen, wie Sie mit Farben umgehen, Mischtechniken anwenden und verschiedene Effekte erzielen können. Außerdem werden wir uns mit Komposition, Perspektive und Licht- und Schatteneffekten beschäftigen.

Bitte mitbringen:

Aquarellfarben (keine Schulwasserfarben), Glas, Eichhörnchen-Pinsel in verschiedenen Größen, Synthetik-Pinsel mit guter Spitze (0, 1 oder mehr), Aquarellblock DIN A3, ab 250g/m² (am besten Baumwolle, 300 Gramm), Bleistift HB/HB 2, Radiergummi, Küchenrolle, Porzellanteller, Kleber und Schere.

Kurs Ne067

Evgeniia Mekhova

Mittwoch, 1.10., 18.15-20.45 Uhr, 10 x

150 Euro (135 Euro)

Mittelschule

Blumen in Aquarell - schnell, lebendig, schön

Lernen Sie, wie man lebendige Blumen in der Alla-Prima-Technik malt – mit frischer Farbe in einem Zug. Wir konzentrieren uns darauf, die Formen und Farben klar darzustellen. Abschließend arbeiten wir mit der Lasurtechnik, um zarte Details und Farbtiefe zu schaffen.

Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger als auch an Fortgeschrittene, die ihre Fähigkeiten vertiefen möchten. Sie lernen die Grundlagen und Geheimnisse der Aquarelltechnik, um lebendige und ausdrucksstarke Werke zu schaffen.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben (keine Schulwasserfarben), Glas, Eichhörnchen-Pinsel in verschiedenen Größen, Synthetik-Pinsel mit guter Spitze (0,1 oder mehr), Aquarellblock DIN A3, ab 250g/m² (am liebsten aus Baumwolle), Bleistift HB/HB 2, Radiergummi, Küchenrolle (Servietten, Mallappen), Wachs-tuch- oder Plastikfolie für den Arbeitstisch.

Kurs Ne068

Evgeniia Mekhova

Samstag, 4.10., 10-15 Uhr

30 Euro (27 Euro)

Jugendclub Outback

Blumen im ersten Durchgang

Dieser Kurs zeigt, wie man Blumen lebendig und realistisch in der Alla-Prima-Technik malt, indem die Farbe frisch aufgetragen wird. Wir üben das genaue Erfassen von Formen und Farben. Zum Abschluss nutzen wir die Lasurtechnik, um feine Farbnuancen und Transparenz zu erzielen.

Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger als auch an Fortgeschrittene, die ihre Fähigkeiten vertiefen möchten. Sie lernen die Grundlagen und Geheimnisse der Aquarelltechnik, um lebendige und ausdrucksstarke Werke zu schaffen.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben (keine Schulwasserfarben), Glas, Eichhörnchen-Pinsel in verschiedenen Größen, Synthetik-Pinsel mit guter Spitze (0,1 oder mehr), Aquarellblock DIN A3, ab 250g/m² (am liebsten aus Baumwolle), Bleistift HB/HB 2, Radiergummi, Küchenrolle (Servietten, Mallappen), Wachs-tuch- oder Plastikfolie für den Arbeitstisch.

Kurs Ne069

Evgeniia Mekhova

Samstag, 18.10., 10-15 Uhr

30 Euro (27 Euro)

Jugendclub Outback

Landschaftsmalerei voller Gefühl und Farbe

Wir gestalten eine Landschaft mit besonderer Stimmung in der Alla-Prima-Technik, bei der die Farbe frisch und zülig aufgetragen wird. Dabei lernen wir, wie man Farben und Formen nutzt, um Gefühle zu vermitteln. Zum Abschluss verwenden wir die Lasurtechnik, um Tiefe und subtile Farbübergänge zu schaffen. Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger als auch an Fortgeschrittene, die ihre Fähigkeiten vertiefen möchten. Sie lernen die Grundlagen und Geheimnisse der Aquarelltechnik, um lebendige und ausdrucksstarke Werke zu schaffen.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben (keine Schulwasserfarben), Glas, Eichhörnchen-Pinsel in verschiedenen Größen, Synthetik-Pinsel mit guter Spitze (0,1 oder mehr), Aquarellblock DIN A3, ab 250g/m² (am liebsten aus Baumwolle), Bleistift HB/HB 2, Radiergummi, Küchenrolle (Servietten, Mallappen), Wachs-tuch- oder Plastikfolie für den Arbeitstisch.

Kurs Ne070

Evgeniia Mekhova

Samstag, 22.11., 10-15 Uhr

30 Euro (27 Euro)

Jugendclub Outback

Farbenwerkstatt für kleine Künstler - malen wie die Großen**NEU**

Dieser Kurs möchte Kinder mit Bildern und Arbeitsweisen verschiedener Künstler vertraut machen. Dabei steht nicht nur die Bildbetrachtung im Vordergrund, sondern die Methode des jeweiligen Künstlers und das daraus resultierende Bild als

Inspirationsquelle für das eigene schöpferische Arbeiten. Und da sich besonders gut einprägt, was man selbst einmal ausprobiert hat, ist es für Kinder wichtig, einmal genauso arbeiten zu dürfen wie die KünstlerInnen.

Für Kinder im Alter von 5 bis 9 Jahren.

Bitte auf Kleidung achten, die schmutzig werden darf.

Mitzubringen: kleine Brotzeit, Getränk und 15 Euro Materialkosten.

Kurs Ne071

Andrea Schmitt

Mi., 5.11., 19.11. und 3.12.

jeweils 15 -17 Uhr

36 Euro (32,40 Euro)

Alter Kindergarten Hetzles

Entdeckungstour für Kinder - mit allen Sinnen durch die Natur #NEU#

Bäume, Blätter, Blumen, Gräser, Moose oder Schneckenhäuser jedes für sich ein Kunstwerk, wenn man sich die Zeit lässt, alles genau zu betrachten. Diese Naturschätze laden dazu ein kreativ zu werden. Für Kinder sind Naturerlebnisse von besonderer Bedeutung, sie fördern ihre Achtsamkeit und Konzentration und tragen zur Persönlichkeitsentwicklung bei. Kinder lieben die Natur und ihre Schätze, die es zu entdecken gibt. Für Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren.

Inhalt:

- Erlebnisreise in die Natur
- Naturwunder entdecken, fühlen, riechen und verkosten
- Spiele und Geschichten
- Pflanzen und Kräuter kennen lernen
- Rezepte und Leckereien

Kurs Ne072

Andrea Schmitt

Montag, 29.9., 15-17 Uhr, 3 x

36 Euro (32,40 Euro)

Alter Kindergarten Hetzles

Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen

Diese Selbstverteidigung beruht auf ausgesuchten, sehr wirkungsvollen Verteidigungstechniken. Sie lernen schnell, sich gegen bewaffnete und unbewaffnete Übergriffe und Überfälle jeder Art effektiv zur Wehr zu setzen. Sie lernen nicht nur theoretische und praktische Anwendungen, sondern Sie üben intensiv, um gegen unterschiedliche Angreifer bestehen zu können. Wir testen Ihre Schlagkraft und helfen diese zu verbessern.

Leichte Sportkleidung und Turnschuhe erforderlich!

Kurs Ne073

Marion Knörlein

Samstag, 15.11., 14-17 Uhr

15 Euro (13,50 Euro)

Jugendraum Feuerwehrhaus

In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle des Landkreises FO

Töpfern für Schulkinder in Dormitz

Der Umgang mit Ton weckt die Kreativität, fördert Feinmotorik und Ausdauer. Bitte eine Schürze mitbringen!

Kurs Ne074

Brigitte Schleifer

Donnerstag, 9.10., 15.15-16.45 Uhr, 6 x

54 Euro (48,60 Euro) inkl. Material 10 Euro

Schule Dormitz

Töpfern für Schulkinder in Dormitz

Der Umgang mit Ton weckt die Kreativität, fördert Feinmotorik und Ausdauer. Bitte eine Schürze mitbringen!

Kurs Ne075

Brigitte Schleifer

Donnerstag, 9.10., 17-18.30 Uhr, 6 x

54 Euro (48,60 Euro) inkl. Material 10 Euro

Schule Dormitz

Töpfern für Erwachsene in Dormitz**NEU**

Sie wollen Ihre eigenen Ideen gerne ausleben und kreativ werden. Im Töpferkurs für Anfänger und Fortgeschrittene, können Sie Ihre Ideen in Ton umsetzen und Ihrer Kreativität somit freien Lauf lassen. Sie töpfeln zum Beispiel Schalen, Vasen oder Gartenstelen nach eigenen Ideen oder nach Vorlagen. Bitte eine Schürze mitbringen! Die Materialkosten werden vor Ort eingesammelt und richten sich nach der Anzahl der getöpften Gegenstände.

Kurs Ne076

Brigitte Schleifer

Donnerstag, 9.10., 18.45-20.45 Uhr, 6 x

72 Euro (64,80 Euro)

Schule Dormitz

„Ernährung und Zahnhygiene bei Menschen mit Demenz“

Die Zahngesundheit spielt bei Menschen mit Demenz eine entscheidende Rolle für Lebensqualität und Gesundheit. Zahnarzt Dr. Frank Hummel bietet praxisorientierte Informationen und alltagstaugliche Tipps für pflegende Angehörige und Fachkräfte. Wie kann Zahnpflege auch im fortgeschrittenen Stadium der Demenz gelingen? Worauf sollte geachtet

werden und welche Hilfsmittel erleichtern die tägliche Pflege? Welchen Beitrag leistet gesunde Ernährung bei Demenz?

Der Link zur Anmeldung lautet

www.eveeno.com/zahnpflegedemenz

Alle Veranstaltungen finden online über Microsoft Teams statt. Die Teilnahme ist kostenlos. Voraussetzung zur Teilnahme ist ein internetfähiges Endgerät, zum Beispiel Laptop oder Tablet. Eine

Anmeldung ist erforderlich über die angegebenen Links, per E-Mail an **info@demenz-pflege-oberfranken.de** oder telefonisch unter 0951-85512.

**Amt für Ländliche Entwicklung
Oberfranken****Aktive Mitgestaltung des
Ländlichen Lebensraums - Abiturienten als
künftige Projektleitende gesucht**

Das Amt für Ländliche Entwicklung (ALE) Oberfranken sucht ab 1. Oktober 2026 interessierte (Fach-)Abiturientinnen und Abiturienten, die sich im Rahmen eines dualen Studiums zu Projektleiterinnen und Projektleitern ausbilden lassen möchten.

Ihre Aufgabe ist es, im Rahmen von Dorferneuerungen und Flurneuordnungen das Leben auf dem Land aktiv mitzugestalten. Sie planen und koordinieren Projekte und Baumaßnahmen und arbeiten dabei eng mit Gemeinden, Bürgerinnen und Bürgern, Unternehmen sowie Verbänden zusammen, um Dörfer zukunftsfähig zu gestalten.

Man sieht konkret, wie die eigene Arbeit das Leben der Menschen vor Ort verbessert, indem beispielsweise Dorfgemeinschaftshäuser entstehen, landwirtschaftliche Wege und die Grundstücksstruktur verbessert, Hochwasserschutz- und Klimaschutzmaßnahmen umgesetzt sowie Biotopverbundsysteme geplant werden. Der Job werde daher als besonders sinnstiftend erlebt und biete jede Menge Abwechslung.

Voraussetzung für die Ausbildung ist eine gewisse Technik-Affinität, Freude am Umgang mit Menschen sowie am Organisieren und analytische Fähigkeiten. Nach Fachabitur oder Abitur vereint das duale Studium Theorie und Praxis: Der dreieinhalbjährige Bachelorstudiengang „Vermessung und Geoinformatik“ umfasst sechs theoretische Semester an der Technischen Hochschule Würzburg-Schweinfurt. Während der vorlesungsfreien Zeit und einem Praxissemester begleiten die Studierenden vor Ort in Bamberg erfahrene Projektleitende. Auch die Bachelorarbeit behandelt ein praxisnahes Thema aus der Land- und Dorferneuerung.

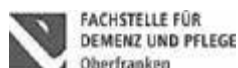
Der Verdienst liegt während der Ausbildungszeit bei 800 Euro pro Monat. Zudem profitieren die jungen Leute von allen Sozialleistungen des Öffentlichen Dienstes und nach erfolgreichem Abschluss des dualen Bachelor-Studiums sowie des Vorbereitungsdienstes werden die Absolventinnen und Absolventen vom Freistaat Bayern in ein Beamtenverhältnis übernommen.

Allen, die sich für die die duale Ausbildung zum Projektleitenden der Ländlichen Entwicklung interessieren, bietet das ALE in Bamberg an, im Rahmen von tage- oder wochenweisen Praktika die verschiedenen Aufgabengebiete kennenzulernen. Erreichbar ist der Ausbildungsleiter des ALE Oberfranken für ein informatives Gespräch per E-Mail an

gerald.riedel@ale-ofr.bayern.de oder unter Tel. 0951-837522.

Allgemeine Informationen zum dualen Studium sind abrufbar unter

<https://www.stmelf.bayern.de/landentwicklung/karriere-chancen/bildungsvertrag-duales-studium/index.html>

**Fachstelle für Demenz und Pflege
Oberfranken Kostenfreie
Online-Vorträge während
der Demenzwoche 2025****Intimität, Demenzprävention
und Mundhygiene im Fokus**

Im Rahmen der der sechsten bayerischen Demenzwoche von **Freitag, 19.**, bis **Sonntag, 28. September**, lädt die Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken zu einer Reihe kostenfreier Online-

Vorträge ein. Die Veranstaltungen richten sich an pflegende Angehörige, Fachkräfte und Interessierte. Themen sind der Umgang mit sexuellen Bedürfnissen von Menschen mit Demenz, die rechtzeitige Vorbeugung der Erkrankung und die Zahnpflege und Ernährung bei betroffenen Menschen.

Montag, 22. September, 16-17.30 Uhr**„Liebe in der Box - Intimität von und für Menschen
mit Demenz“**

Die Gerontologin Anna Jannes, Leiterin des Kompetenzzentrums Demenz in Schleswig-Holstein, beleuchtet den oft tabuisierten Bereich der Intimität im Pflegealltag. Auch bei einer demenziellen Erkrankung bleibt das Bedürfnis nach Sexualität bestehen. Der Vortrag gibt Einblicke, wie pflegende Angehörige und Fachkräfte sensibel und respektvoll mit diesem Thema umgehen können. Vorgestellt wird unter anderem das Konzept „Liebe in der Box“ - ein kreatives Angebot zur Gestaltung wertschätzender Begegnungen mit Menschen mit Demenz.

Der Link zur Anmeldung lautet

www.eveeno.com/intimitaetunddemenz**Mittwoch, 24. September, 17-18 Uhr****„Demenzkrankungen verstehen und vorbeugen“**

Vanessa Sänger, Mitarbeiterin der Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken, gibt einen praxisnahen Überblick über Risikofaktoren und Schutzmechanismen bei Demenz. Anhand aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse zeigt sie auf, wie man durch bewusste Lebensgestaltung in 14 Bereichen einen Beitrag zur Vorbeugung leisten kann. Der Vortrag richtet sich an alle, die Demenzerkrankungen besser verstehen und ihnen aktiv entgegenwirken möchten.

Der Link zur Anmeldung lautet

www.eveeno.com/demenzvorbeugen**Donnerstag, 25. September, 16.30-18 Uhr**

Untere Naturschutzbehörde

Online-Kurs Fachgerechte Pflanzung von Obstbäumen

Streuobst ist eine Kulturpflanze und bei der Pflanzung gilt es einige Besonderheiten zu beachten. In diesem Online-Kurs am **Donnerstag, 16. Oktober**, erfahren Sie alles über eine fachgerechte Pflanzung von Obstbäumen: Richtige Standortwahl, Abstände, Pflanzloch, Bodenverbesserung, Wühlmausschutz, Stammschutz, Anbindung, Pflanzschnitt.

Der Online-Kurs wird von den oberfränkischen Streuobstberaterinnen angeboten. Die Teilnahme ist kostenlos. Der Kurs ist bietet eine Basis für verschiedene Praxis-Angebote in ganz Oberfranken.

Referentinnen:

- Bianca Faber, Streuobstberaterin an der Unteren Naturschutzbehörde im Landratsamt Lichtenfels
- Frauke Gabriel, Streuobstberaterin an der Unteren Naturschutzbehörde im Landratsamt Forchheim
- Amrei Schindelmann, Streuobstberaterin an der Unteren Naturschutzbehörde im Landratsamt Bayreuth

Mehr Informationen und Anmeldung unter https://eveeno.com/online-pflanzkurs_2025

... hier lässt sich's leben e. V. 8. Schulung für Alltagsbegleiterinnen und Alltagsbegleiter

Was sind Alltagsbegleiter/innen?

Alltagsbegleiter/innen unterstützen Senioren und hilfebedürftige Gemeindemitglieder in deren Anforderungen des Alltags. Mit dieser unterstützenden Hilfe beugen sie Vereinsamung vor und entlasten die pflegenden Angehörigen.

Wer kann Alltagsbegleiter/in werden?

Jede/r kann mitmachen, wenn sie/er ein paar Stunden Zeit hat. Herzlich willkommen sind auch Jugendliche ab 16 Jahren, ehemalige Pflegekräfte, die jetzt im Ruhestand sind, jedoch ihr Wissen und ihre Erfahrung gerne weitergeben und anwenden, sowie Rentner/innen.

Wann und wo finden die Schulungen statt?

Modul 1 und 2

Samstag, 11. Oktober, von 9 bis 15 Uhr

Samstag, 18. Oktober, von 9 bis 15 Uhr

Samstag, 25. Oktober, von 9 bis 16 Uhr

Modul 3

Samstag, 8. November, von 9 bis 14 Uhr

An allen Tagen ist für Getränke und Mittagessen gesorgt.

Lerninhalte

Alterstypische Erkrankungen, Biografiearbeit, Sucht im Alter, Ernährung im Alter, Entlastung pflegender Angehöriger, Umgang mit Hilfsmittel, Beschäftigungsangebote für Menschen mit Demenziellen Veränderungen und viele mehr.

Die Schulungen finden im Feuerwehrgerätehaus in Hetzles, Ebersbacher Straße 2, statt. Referentinnen sind Irmgard Ginzl vom Pflegeberatungsbüro „Die Brücke“ über die Alzheimer Gesellschaft und Erika von Bonin über die Alzheimer Gesellschaft

Anmeldung und Information bei Irmgard Ginzl, Tel. 09192-9943820 und per E-Mail an ginzl@gmx.net

Landkreis Forchheim

Vortragsreihe zu verschiedenen Energiethemen im Herbst

Online-Vorträge informieren über verschiedene Heiztechniken, energetische Gebäudesanierung, Fördermöglichkeiten, die Nutzung von Sonnenenergie und über Elektromobilität. Der Arbeitskreis Info-Offensive Klimaschutz des Landrats-

amtes setzt im Herbst 2025 die Vortragsreihe zu verschiedenen Energiethemen in Kooperation mit der Volkshochschule des Landkreises Forchheim fort. Die Vortragsreihe startet am **Donnerstag, 25. September**.

Im Rahmen der Online-Vorträge informieren Energiefachleute über die Nutzungs- und Einsatzmöglichkeiten erneuerbarer Energien, wie zum Beispiel die Erzeugung, Speicherung und Verwendung von Photovoltaikstrom und Speichersystemen, die Eigenschaften klimafreundlicher Heiztechniken sowie über energetische Maßnahmen an der Gebäudehülle und aktuelle Fördermöglichkeiten. Außerdem werden die Vorteile der Elektromobilität aufgezeigt, das Vor-Ort-Beratungsangebot vorgestellt und ein Erfahrungsbericht über das Heizen mit der Wärmepumpe rundet das Vortragsprogramm ab.

Die Vorträge finden nur Online, in der Regel am Donnerstagabend zu den angegebenen Terminen statt; die Teilnahme ist kostenfrei. Für die Teilnahme an den Veranstaltungen ist eine rechtzeitige Anmeldung unter www.vhs-forchheim.de erforderlich. Die Zugangsdaten zum Online-Vortrag werden den angemeldeten Personen per E-Mail in der Regel am Vortrags-tag zugeschickt. Alle Bürgerinnen und Bürger sind herzlich eingeladen, dieses Angebot zu nutzen, um sich bequem von zu Hause online über Energiesysteme, aktuelle Techniken und Fördermöglichkeiten zu informieren.

Vorträge des AK Info-Offensive Klimaschutz im Herbst

Wärme aus Solarstrom – überschüssigen Solarstrom in Wärme umwandeln und speichern, Online-Kurs Fo178A
Donnerstag, 25. September, 19.30 Uhr

Photovoltaik-Strom selbst erzeugen und verbrauchen – Naturenergie effizient nutzen, Online-Kurs Fo178B

Donnerstag, 2. Oktober, 19.30 Uhr

Heizen mit Holz – Stückholz-/Pelletsheizung oder Holzkaminofen

Online-Kurs Fo178C, Donnerstag, 9. Oktober, 19.30 Uhr
E-Auto fahren lohnt sich, Online-Kurs Fo178D

Donnerstag, 16. Oktober, 19.30 Uhr

Die Vor-Ort-Beratung für energetische Maßnahmen im Landkreis Forchheim, Online-Kurs Fo178E

Donnerstag, 23. Oktober, 19.30 Uhr

Heizungssanierung – Alte Heizung raus, aber welche neue Heizung ist die richtige?, Online-Kurs Fo178F

Donnerstag, 30. Oktober, 19.30 Uhr

Fördermöglichkeiten für energetische Sanierung (Heizung, Fenster, Dämmung), Online-Kurs Fo178G

Donnerstag, 6. November, 19.30 Uhr

Energetische Gebäudesanierung – Was, wann und wie?

Online-Kurs Fo178H, Donnerstag, 13. November, 19.30 Uhr

Besondere Heiztechniken – neue spezielle Heizsysteme

Online-Kurs Fo178i, Donnerstag, 20. November, 19.30 Uhr

Batteriespeicher und PV-Aufdachanlagen für Privathaushalte – Was ist zu beachten?, Online-Kurs Fo178J

Donnerstag, 27. November, 19.30 Uhr

Erfahrungen beim Heizen mit der Wärmepumpe im Bestandsgebäude, Online-Kurs Fo178K

Donnerstag, 4. Dezember, 19.30 Uhr

Weitere Informationen zu den Vorträgen finden Sie ab circa Mitte September im Programm-Flyer, der unter anderem bei den Gemeinden im Landkreis Forchheim ausliegen wird sowie unter www.Lra-fo.de/klima --> „**Termine**“. Die Anmeldung erfolgt unter www.vhs-forchheim.de.

Start der Fotoaktion „Blickwechsel – Klima sehen“ im Landkreis und Stadt Forchheim

Kinder und Jugendliche zeigen ihre Sicht auf das Klima

Was bedeutet Klima für junge Menschen? Wie sehen sie Klimaschutz, Klimawandel oder die Anpassung an ein sich veränderndes Klima? Im Rahmen der Bayerischen Klimawoche im Herbst 2025 rufen Stadt und Landkreis Forchheim alle Jugendlichen zur Teilnahme an der kreativen Fotoaktion „**Blickwechsel – Klima sehen**“ auf.

Die Aktion möchte junge Perspektiven sichtbar machen. Gesucht werden Fotos, die den persönlichen Blick auf das Thema Klima zeigen – sei es durch Motive wie Sonne, Sturm,

Müll, Pflanzen, Hitze oder Hoffnung. Ziel ist es, den Klimawandel, Klimaschutz und Klimaanpassung greifbar zu machen – durch die Augen der jungen Generation.

Jetzt mitmachen!

In den Sommerferien heißt es: Augen offenhalten und Kamera zücken!

So funktioniert's:

1. Mache ein eigenes Foto zum Thema Klima, Klimaschutz oder Klimaanpassung
2. Sende dein Foto bis spätestens Montag, 15. September, per E-Mail an klimafoto@lra-fo.de
 - Der Dateiname sollte folgendermaßen aussehen: Vorname_Nachname_Geburtsdatum
 - Bitte füge die unterschriebene Datenschutzerklärung bei.
 - Optional: eine kurze Bildbeschreibung in maximal zwei Sätzen

Großer Auftritt für dein Bild

Die eingereichten Fotos werden im Rahmen der Bayerischen Klimawoche 2025 öffentlich ausgestellt. Die Ausstellung zeigt, wie kreativ und vielfältig junge Menschen das Thema Klima wahrnehmen – und zum Nachdenken anregen.

Jetzt mitmachen – Foto machen – Klima zeigen!

Gemeinsam für mentale Gesundheit

Veranstungsabend in Forchheim mit Skisprung-Legende Sven Hannawald und Julia Reifenrath

Psychische Resilienz, Flexibilität, Zuversicht - wer diese Fähigkeiten entwickelt, kann gestärkt in Richtung Zukunft schauen.

Psychische Erkrankungen bei Frauen sind in den letzten Jahren deutlich gestiegen. Besonders Depressionen, Angststörungen und Stressbelastungen zwischen 20 - 50 Jahren sind besonders weit verbreitet - häufig ausgelöst durch die Doppelbelastung von Beruf, Familie und sozialen Verpflichtung.

Unter dem Motto „Lass Zuversicht wachsen - Psychisch stark in die Zukunft“ zur diesjährigen Woche der seelischen Gesundheit findet am **Donnerstag, 09. Oktober**, ab 17 Uhr im Herder-Gymnasium Forchheim eine inspirierende Abendveranstaltung mit Skisprung-Legende Sven Hannawald statt.

Die Veranstaltung steht unter der Schirmherrschaft von Landrat Dr. Hermann Ulm und widmet sich den Themen wie seelische Gesundheit und Resilienz - insbesondere für Frauen.

Den Auftakt bildet der Vortrag „Mentale Gesundheit bei Frauen - Von Achtsamkeit bis Mental Load“ mit Referentin Julia Reifenrath (LUMEUS). Die Teilnehmenden erwartet ein spannender Einblick in alltagsnahe Strategien zur Selbstfürsorge und zur Förderung der eigenen seelischen Widerstandskraft.

Im Anschluss daran dürfen sich die Gäste auf ein exklusives Interview mit Sven Hannawald freuen. Der ehemalige Spitzensportler und Olympiasieger teilt offen seine persönlichen Erfahrungen mit dem Thema psychische Resilienz mit. Zum Abschluss der Veranstaltung besteht die einmalige Gelegenheit, persönlich mit Sven Hannawald ins Gespräch zu kommen. Der Eintritt ist kostenfrei!

Eine Anmeldung ist bis Samstag, 04. Oktober 2025 unter www.vhs-forchheim.de (Kurs-Nr.: FO560) möglich.

Tag der Impfung

Zum sechsten Mal veranstaltet der Ärztliche Kreisverband Forchheim in Kooperation mit der Gesundheitsregion^{plus} in den hiesigen Arztpraxen einen Landkreisweiten Impftag am **Mittwoch, 8. Oktober**. An diesem Tag beraten die Ärzte aller teilnehmenden Arztpraxen in Stadt und Landkreis Forchheim speziell zum Impfschutz, kontrollieren Impfpässe und frischen gegebenenfalls gleich fehlende Impfungen auf. Spezielle Angebote offerieren die Praxen vor Ort. Die Bürgerinnen und Bürger können dafür Ihren Impfpass in die Praxis mitbringen.

Was sind aktuelle Impftemen?

Grippe, Keuchhusten (Pertussis), Masern, Kinderlähmung (Polio), gegen Zecken (FSME) und andere Erreger, die uns insbesondere auf Reisen begegnen können.

Um Anmeldung wird gebeten.

Wer sich zuvor selbst informieren möchte, findet Impf-Informationen auf folgenden nicht kommerziellen Seiten:

- www.impfen-info.de des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIOG) und unter
- www.rki.de, dem Robert-Koch-Institut (RKI), der Bundesbehörde für Infektionskrankheiten. Die Ständige Impfkommission (STIKO) am RKI, ein unabhängiges Expertengremium, entwickelt seit 1972 Impfeempfehlungen für Deutschland und berücksichtigt dabei nicht nur deren Nutzen für die einzelne geimpfte Bürger, sondern auch für die gesamte Bevölkerung. Zur Aktualisierung der Impfeempfehlungen werden regelmäßig die Fachliteratur und die Meldungen der Gesundheitsämter zu meldepflichtigen Krankheiten anonym ausgewertet.

Impressum

Mitteilungsblatt für die Verwaltungsgemeinschaft

DORMITZ

Mitgliedsgemeinden DORMITZ - HETZLES - KLEINSENBELBACH

Das Mitteilungsblatt für die Verwaltungsgemeinschaft Dormitz erscheint 14-tägig jeweils freitags in den geraden Wochen und wird an alle erreichbaren Haushalte des Verbreitungsgebietes verteilt.

– Herausgeber, Druck und Verlag: LINUS WITTICH Medien KG, Peter-Henlein-Straße 1, 91301 Forchheim, Telefon 09191/7232-0; www.wittich.de

– Verantwortlich für den amtlichen Teil:

Die Gemeinschaftsvorsitzende der Verwaltungsgemeinschaft Dormitz Gertrud Werner, Sebalder Straße 12, 91077 Dormitz

für den sonstigen redaktionellen Inhalt und den Anzeigenteil:

gemäß § 7 Abs.1 TMG: Geschäftsführer Christian Zenk in LINUS WITTICH Medien KG.

Nach §§ 8 bis 10 TMG sind die LINUS WITTICH Medien als Diensteanbieter nicht verpflichtet, übermittelte oder gespeicherte fremde Informationen zu überwachen oder nach Umständen zu forschen, die auf eine Rechtswidrigkeit hinweisen.

– Im Bedarfsfall Einzel Exemplare durch den Verlag zum Preis von € 0,40 zzgl. Versandkostenanteil.

Für Text- und Anzeigenveröffentlichungen sowie Fremdbeilagen gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die z.Zt. gültige Anzeigenpreisliste.

Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen.

Bei Nichtbelieferung ohne Verschulden des Verlages oder infolge höherer Gewalt, Unruhen, Störungen des Arbeitsfriedens bestehen keine Ansprüche gegen den Verlag.

Urheberrechtshinweise: Der Inhalt und das Layout dieser Webpräsentation sind urheberrechtlich geschützt. Nachdrucke und sonstige Verwendung jeglicher Art, auch auszugsweise, bedürfen der ausdrücklichen schriftlichen Genehmigung des Verlages.



Natursteinwerk
MEHLINGER
MARMOR + GRANIT

Grabmale
Treppenanlagen Fensterbänke
Renovierungen Küchenarbeitsplatten

Martin-Luther-Str. 70/74, 90542 Eckental / Forth

www.mehlinger-natursteinwerk.de ☎ 09126 - 17 01

**Elektro
MONSTADT**

Oliver Monstadt - Elektromeister
Unsere Leistungen:

- Photovoltaik-Anlagen
- EIB/KNX Gebäudetechnik
- Wärmepumpen
- Beleuchtungstechnik
- Satelliten- & Antennentechnik
- Telefonanlagen
- Netzwerktechnik
- Elektroinstallation
- Hausgerätechnik
- 24h Störungsdienst

Qualität ist unsere Stärke!

Unsere Adresse:
Zum Neuntagwerk 4
91077 Neunkirchen am Brand
E-Mail: info@elektro-monstadt.de
www.elektro-monstadt.de

☎ **0 91 34 / 90 73 67**



NEUEINDECKUNGEN • UMDECKUNGEN
FLACHDACHISOLIERUNGEN • BLECHARBEITEN AM DACH

Orchideenstraße 32 • 90542 Eckental-Brand
Telefon 091 26 / 99 11

info@Dachdeckerei-Zirm.de • www.Dachdeckerei-Zirm.de
Inhaber: Roland & Patrick Ruppert



LW-FLYERDRUCK.DE

Ihre Onlinedruckerei von LINUS WITTICH Medien



LINUS WITTICH

Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.

Ihre Gebietsverkaufsleiterin vor Ort

Claudia Kern

Mobil: 0177 9159847

c.kern@wittich-forchheim.de

14.9. Blumenzwiebelsonntag!
bei schönem Wetter spielt
„Musique au Chocolat“

Staudengärtnerei
Augustin

www.stauden-augustin.de
Neunkirchener Str. 15 • 91090 Effeltrich



Danke

sagen – mit einer
Anzeige in Ihrem
Mitteilungsblatt

Wir sind für Sie da...

Ihr Verkaufsdienst

Susanne Emmert-Deuerlein

Tel.: 09191 723263

Fax: 09191 723230

s.emmert-deuerlein@wittich-forchheim.de
www.wittich.de

Anzeigenwerbung | Beilagenverteilung | Drucksachen

Nah am Menschen der Tradition verbunden



**BESUCHEN SIE EINE DER GRÖSSTEN
Grabmalausstellungen in Franken**



GRABMALE
BILDHAUEREI & STEINMETZBETRIEB

www.steinmetz-zenk.de, Pilatusring 14, 91353 Hausen, Tel: 09191 - 310 472

Feuchte Mauern? Wasser im Keller? Schimmelpilz im Wohnraum?

bautenschutz katz

- Mauertrockenlegung (Säge-, Chromstahl-, Injektionstechnik)
- Kellersanierung (auch ohne Aufgraben/Erdarbeiten)
- Wasser im Keller, Tiefgarage, Schacht
- Hausschwamm und Schimmelpilz
- Risse im Mauerwerk
- Baugrund verbessern / verfestigen

Für eine kostenfreie
Ortsbesichtigung
mit Angebot
am besten gleich anrufen.



Wasser- und feuchte Mauerwerk
Sanierung / Injektionstechnik



bautenschutz katz GmbH
Tel. (09122) 79 88-0

Ringstr. 51 · 91126 Rednitzhembach · www.bjk24.de



Das komplette Dach aus einer Hand!



BEDACHUNGEN · BAUFLASCHNEREI · DACHSTÜHLE

Eckenbachstraße 7
90542 Eckental-Eckenhaid

Telefon: 09126 5409
info@matthias-bedachungen.de

Fachbetrieb der Dachdeckerinnung



Jobmesse Franken

Unser Medienpartner



Mit freundlicher Unterstützung von



JETZT ALS AUSSTELLER BEWERBEN!

Die branchenübergreifende Messe für qualifizierte, motivierte, Arbeitssuchende, Wechselwillige und Quereinsteiger – vom Hilfsarbeiter bis zur Fach- und Führungskraft in Voll- und Teilzeit.



brose ARENA
Bamberg

11.-12.10.2025

Forchheimer Str. 15, 96050 Bamberg
Öffnungszeiten: Sa & So 10-18 Uhr

Hotline:

0951 / 180 70 500

Ein Projekt der
MTB Messteam Bamberg GmbH

www.jobmesse-franken.de

Renoviertes Büro in Forchheim inkl. Stellplätze, 4 Zimmer, 130 m²

Zusammenfassung

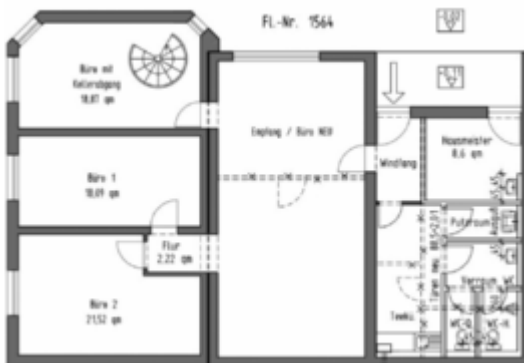
Immobilienart:	Büro/Praxisfläche
Nettomiete:	1.300 €
Heizkosten:	(Heizkosten in Nebenkosten enthalten)
Nebenkosten:	350 €
Kautions:	3 Kaltmieten
Fläche:	ca. 130,00 m ²
Zimmer:	4
Bezug:	ab sofort oder nach Vereinbarung
Mieterprovision:	2,38 Kaltmieten

Mikrolage

- ✓ 10 Fußminuten zum Bahnhof mit S-Bahnanbindung nach Erlangen und Nürnberg
- ✓ 10 Min. zur Innenstadt oder zum Klinikum.
- ✓ Für die Mittagspause ist durch den nahe gelegenen Kellerwald Erholung in der Natur garantiert.



Scanne den QR-Code für
weitere Infos und Fotos



Martina Hübner Immobilienmarketing GmbH & Co KG · Marktplatz 11, 91301 Forchheim

Frau Martina Hübner, Telefon: 09191 6219698 · Mobil: 0171/1807242 · E-Mail: info@immobilien-forchheim.com