



S tadtsteinacher Anzeiger

Mitteilungsblatt für die
Verwaltungsgemeinschaft Stadtsteinach

Ausgabe November 2016

Ökumenischer Weihnachtsmarkt und Weihnachtskonzert



2. Adventssonntag, 04. Dez. 2016

- Stadtsteinach - 13.11.2016

Volkstrauertag 2016

- Rugendorf - 18.11.2016

Bürgerversammlung

- Termine Stadtsteinach & Rugendorf

November-Termine im Überblick

An alle Haushalte

Kontakt zur Verwaltung:

 0 92 25/95 78 - 0 • Fax: 0 92 25/95 78 - 32

E-Mail: poststelle@stadtsteinach.de • E-Mail: poststelle@rugendorf.de

Abgabeschluss

für die Dezember-Ausgabe
des Stadtsteinacher Anzeigers ist

Mittwoch, 16. November 2016, 12.00 Uhr

bei der Verwaltungsgemeinschaft
Stadtsteinach, Rathaus.

Erscheinungstag ist Mittwoch, 30. November 2016.

Sprechttag des VdK Kreisverbandes Kulmbach

Am **Dienstag, dem 06.12.2016** findet ein Außensprechttag des Sozialverbandes VdK im Rathaus Stadtsteinach **von 9.00 bis 11.00 Uhr** statt.

Alle Hilfesuchenden können sich im Schwerbehindertenrecht, in Angelegenheiten der Renten-, Unfall-, Kranken-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung Rat holen.

Falls vorhanden wird gebeten, entsprechende Unterlagen mitzubringen.

Kontaktdaten



Rathaus Stadtsteinach VG Stadtsteinach

Anschrift: Marktplatz 8 - 95346 Stadtsteinach
Telefon: 09225/9578-0
Fax: 092225/9578-32
E-Mail: poststelle@stadtsteinach.de
Internet: www.stadtsteinach.de

1. Bürgermeister der Stadt Stadtsteinach VG-Vorsitzender

Herr Roland Wolfrum Tel.: 09225 / 9578-0

Öffnungszeiten:

	<u>Vormittag</u>	<u>Nachmittag</u>
Montag	07.30 Uhr - 12.00 Uhr	13.30 Uhr - 16.00 Uhr
Dienstag	07.30 Uhr - 12.00 Uhr	13.30 Uhr - 16.00 Uhr
Mittwoch	07.30 Uhr - 12.00 Uhr	
Donnerstag	07.30 Uhr - 12.00 Uhr	13.30 Uhr - 18.00 Uhr
Freitag	07.30 Uhr - 12.00 Uhr	



Rathaus Rugendorf

Anschrift: Am Baumgarten 1 - 95365 Rugendorf
Telefon: 09223/225
Fax: 092223/1429
E-Mail: poststelle@rugendorf.de
Internet: www.rugendorf.de

1. Bürgermeister der Gemeinde Rugendorf

Herr Ralf Holzmann Tel.: 09223 / 225
E-Mail: ralf.holzmann@rugendorf.de

Öffnungszeiten:

	<u>Nachmittag</u>
Donnerstag	14.00 Uhr - 18.00 Uhr

Kontaktdaten der Sachbearbeiter im Stadtsteinacher Rathaus

Geschäftsleitung

Herr Florian Puff Tel.: 09225 / 9578-17

Kanzlei

Frau Regina Brendel Tel.: 09225 / 9578-22
Frau Kathrin Kremer Tel.: 09225 / 9578-14

Kämmerei, Beitragsfestsetzung, Gebühren

Herr Matthias Stark Tel.: 09225 / 9578-16
Frau Monika Buß Tel.: 09225 / 9578-27
Herr Ingo Schwegler Tel.: 09225 / 9578-11

Kasse

Frau Tanja Vorwerk Tel.: 09225 / 9578-15

Ordnungsamt, Standesamt, Einwohneramt

Frau Kerstin Linß Tel.: 09225 / 9578-18
Herr Markus Korzendorfer Tel.: 09225 / 9578-12

Verkehrswesen, Bauhof

Frau Tatjana Friedlein Tel.: 09225 / 9578-20

Friedhofsverwaltung, Volkshochschule

Frau Susanne Gleich Tel.: 09225 / 9578-23

Fremdenverkehr, Stadthalle, Freibad, Bücherei

Herr Hans Kotschenreuther Tel.: 09225 / 9578-24

Eine Bank von der Bank

Ludwig Gödel aus dem Stadtsteinacher Ortsteil Unterzaubach unternimmt gerne ausgedehnte Spaziergänge in Gottes freier Natur. Dabei führt den Rentner, der lange Jahre Bauhofleiter in Stadtsteinach war, der Weg auch oft in die Ortsteile wie Poppenholz, Feldbuch und Zettlitz der Nachbargemeinde Rugendorf. Einige Kilometer lang ist der Radweg zwischen Rugendorf und Stadtsteinach, den er gerne zum Heimgehen auswählt. Doch zwischen Zettlitz und Ober-/Unterzaubach gab es keine Bank zum Ausruhen, deshalb sprach er Bürgermeister Roland Wolfrum an, ob man da keine Abhilfe, sprich eine Bank aufzustellen, schaffen kann.



Auch von anderen Spaziergängern und Ruheständlern wurde Gödel darin unterstützt. Wolfrum sprach deshalb den Geschäftsstellenleiter Jörg Schnappauf von der Kulmbacher Bank in Stadtsteinach an, ob da nichts nach dem Motto „eine Bank von der Bank“ was machen wäre.

Und Rugendorfs Bürgermeister Ralf Holzmann legte bei der Regionalversammlung der Kulmbacher Bank kürzlich im Feststadel Zettlitz nochmals nach. Das Anliegen des Gemeinde- und Stadtoberhauptes fand auch bei Bereichsdirektor Gerhard Zettel Gehör, der davon durchaus angetan war und spontan eine Geldspende in der erforderlichen Höhe zusagte. Vor einigen Tagen war es soweit, dass der Wunsch von Ludwig Gödel in die Tat umgesetzt wurde. Der Stadtsteinacher Bauhof um Leiter Edwin Lindner stellte die Ruhebänk genau auf der Gemeindegrenze auf, eine Hälfte auf dem Rugendorfer, sprich Zettlitzer Areal und die andere im Stadtsteinacher, also Oberzaubacher Bereich. Die Gemeindegrenze dokumentiert ein weißer Strich auf der obersten Latte der Ruhebänk.

Zur Übergabe, sprich dem Einsitzen der Bank von der Kulmbacher Bank, fand sich eine prominente Gästeschar an der Ortsgrenze von Rugendorf und Stadtsteinach ein. Und auch alle Spaziergänger werden sich freuen, dass sie nun eine Gelegenheit zum Verschnaufen haben. Und da der große Wunsch Ludwig Gödels jetzt in Erfüllung gegangen ist, ließ sich der Unterzaubacher nicht lumpen und hatte zur Feier des Tages eine Brotzeit parat. Diese wurde an Ort und Stelle bei guter Unterhaltung auch gleich verzehrt.

Initiator Ludwig Gödel nahm zufrieden in der Bankmitte Platz, flankiert vom Rugendorfer Bürgermeister Ralf Holzmann (sitzend links) und Stadtsteinachs Bürgermeister Roland Wolfrum (rechts).

Unser Bild zeigt zudem (stehend von links) den Rugendorfer Geschäftsstellenleiter der Kulmbacher Bank Johannes Oppel, Bereichsdirektor Gerhard Zettel, die Sachbearbeiterin des Bauamtes Stadtsteinach Tatjana Friedlein, Stadtsteinachs Geschäftsstellenleiter Jörg Schnappauf und Bauhofleiter Edwin Lindner.

Text und Bild: kpw



Holzfenster • Holz-Alu Fenster • Kunststofffenster • Denkmalschutzfenster
Reparaturverglasungen • Sonderformen • Haustüren • Wintergärten • Treppenbau
Innenausbau • Fliegengitter • Vordächer • Carports • Fußböden • u.v.m

Holz-Aluminium-Fenster

Lernen Sie die neue Fenstergeneration kennen:

Außen Alu - Innen Holz pur ..



energieeffizient

- Nachhaltiger Baustoff Holz
- Recyclingfähiger Baustoff Aluminium
- Für energieeffizienten Neubau und energetische Sanierung
- Beste Wärmedämmung dank herausragend niedriger U-Werte



wirtschaftlich

- Vergleichsweise niedrige Anschaffungskosten
- Wartungskosten entfallen fast vollständig
- Langlebig dank witterungsbeständigem Aluminium
- Beste technische Werte



variantenreich

- Verschiedenste Ausführungen
- Große Auswahl im Rahmendesign
- Fast unbeschränkte Farbauswahl für die Beschichtung
- Enorme Vielfalt verfügbarer Holzarten



hochwertig

- Witterungsbeständiges Aluminium
- Klimatisierendes Holz
- Aus eigener Produktion
- Geschulte Montage-Teams

Roland Schnaubelt • Badstraße 25 • 95365 Rugendorf
Telefon: 09223/370 • Telefax: 09223/1599

Emil ist ab jetzt in der 1. Klasse

Rechtzeitig zum Schuljahresbeginn überraschte der Filialleiter der Stadtsteinacher Sparkasse die Erstklässler mit der umweltfreundlichen Trinkflasche „EMIL“.



Mit der täglichen Verwendung dieses Gefäßes soll dem Gebrauch von Einweg – PET – Flaschen für Pausengetränke vorgebeugt werden. Wegen ihrer schützenden Isolierung kühlt sie den Inhalt im Sommer und hält Teegetränke im Winter warm. Der Landkreis Kulmbach unterstützt zusammen mit der Sparkasse Kulmbach – Kronach die kostenlose Verteilung und weckt somit das umweltbewusste Verhalten bereits im Kindesalter.

Nachdem Herr Reinhard Kraus die kindgerechten Trinkflaschen an die Schulanfänger verteilt hatte, probierten sie diese gleich begeistert aus.

W. Anselstetter, 1. Klasse





Werner Bunzel KG Bestattungsinstitut

Weißdorf · Münchberg · Helmbrechts · Stadtsteinach

Zertifiziertes QM System
nach ISO 9001:2008
LGA/InterCert
Ein Unternehmen der TÜV Rheinland

- Bestattermeister
- Funeralmaster
- Thanopraktiker

- Tag und Nacht erreichbar: Tel. 09252/6677
- alle Behördengänge, Trauerdruck
- Erd-, Feuer-, Seebestattung
- Grabmachertechnik u. Bestattungsvorsorge

Bestattungen Werner Bunzel KG
Karl-Reichel-Straße 6 · 95237 Weißdorf
Tel. 0 92 51-66 66, 66 67 · Fax: 0 92 51-75 44
E-Mail: info@bunzel-bestattungen.de
Internet: www.bunzel-bestattungen.de



**Zentrum Bayern Familie und Soziales
Region Oberfranken**



Außensprechtag

Die Beratungskräfte des Zentrum Bayern Familie und Soziales – Region Oberfranken – bieten an den Außensprechtagen folgende Dienstleistungen an:

- allgemeine Auskünfte und Beratungen mit Schwerpunkt zum
 - Schwerbehindertenrecht (Sozialgesetzbuch – Neuntes Buch – SGB IX)
 - Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz (BEEG)
 - Landeserziehungsgeldgesetz (LERZGG)
- umfangreichere Beratungen, spezielle Problembearbeitungen die den Rückgriff auf eine Akte erfordern sowie Auskünfte zum
 - Bundesversorgungsgesetz (BVG)
 - Opferentschädigungsgesetz (OEG)
 - Soldatenversorgungsgesetz (SVG)
 - Zivildienstgesetz (ZDG)
 - Infektionsschutzgesetz (IfsG)
 - Bayerischen Blindengeldgesetz (BayBlindG)

die über allgemeine Hilfestellungen hinausgehen, nach vorheriger Terminvereinbarung.
- Aushändigen von Formularen und Hilfestellung beim Ausfüllen
- Entgegennahme von Anträgen
- Entgegennahme von Widersprüchen
- Verlängerung und Berichtigung von Schwerbehindertenausweisen

Sie erreichen das ZBFS – Region Oberfranken unter der Rufnummer 0921/605-1.

**Sprechtagstermine
im Landratsamt Kulmbach - Konrad-Adenauer-Str. 5
2. OG, Zi. Nr. 238
zweiter Dienstag im Monat jeweils von 09.00 Uhr - 12.00 Uhr**

nächster Termin: Dienstag, 08.11.2016



Deutsche
Rentenversicherung
Nordbayern

Sprechtag im Kulmbacher Rathaus für das Kalenderjahr 2016

Für die Sprechtag der Deutschen Rentenversicherung Nordbayern im Kalenderjahr 2016 sind folgende Termine für alle Bürger des Landkreises Kulmbach vorgesehen:

Montag, 14.11.2016 Montag, 05.12.2016

Die Sprechtag finden jeweils von 8.30 Uhr bis 12.00 Uhr und von 13.00 bis 15.30 Uhr im Rathaus Kulmbach, Zimmer 11, Marktplatz 1, 95326 Kulmbach statt.

Wichtig: Die Termine müssen vorher im Bürgerbüro unter Telefon-Nummer 09221/940-450 oder 940-451 unter Angabe der Renten-Versicherungsnummer vereinbart werden!

Bei den Sprechtag können unter anderem Sofortauskünfte über die Rentenhöhe erteilt werden, wenn entsprechende Versicherungsunterlagen mitgebracht werden. Auf Grund der großen Nachfrage empfiehlt es sich, den Termin frühzeitig zu vereinbaren.



Informationsveranstaltungen

Meine Altersvorsorge - was habe ich schon, was brauche ich noch?

- Risikoabsicherung - Invalidität, Alter, Tod
- Gesetzliche, betriebliche und private Absicherung im Überblick
- Der Staat hilft mit: "Riester", "Rürup"....

1. Dezember 2016 16:30 Uhr

Die Veranstaltung dauert ca. 90 Minuten.

Veranstaltungsort
Deutsche Rentenversicherung
Nordbayern
Auskunfts- und Beratungsstelle
Wittelsbacherring 11
95444 Bayreuth

Bitte melden Sie sich rechtzeitig an, da eine Mindestteilnehmerzahl erforderlich ist.
Telefon 0921 607-1191
Fax 0921 607-778
E-Mail abs-bayreuth@drv-nordbayern.de

Die Teilnahme ist kostenlos!



Impressum: Stadtsteinacher Anzeiger

Mitteilungsblatt für die Verwaltungsgemeinschaft Stadtsteinach Stadt Stadtsteinach und Gemeinde Rugendorf

Der Stadtsteinacher Anzeiger erscheint monatlich jeweils zum Monatsbeginn und wird an alle erreichbaren Haushalte des Verbreitungsgebietes verteilt.

Herausgeber: cm creativ management AG
Schwarzach 16
95336 Mainleus
09229 / 973 - 45 90, Fax 973 - 45 91
info@creativ-AG.de

Verantwortlich für den **amtlichen Teil**:
Der Gemeinschaftsvorsitzende Roland Wolfrum
Marktplatz 8, 95346 Stadtsteinach

Verantwortlich für den **Anzeigenteil und sonstige redaktionelle Beiträge**: Manfred Weber - Dipl.-Betriebswirt (FH)

Bei Bedarf werden Einzel Exemplare durch creativ management zum Preis von 1,00 € zzgl. Versandkosten verschickt. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder.

Für Anzeigenveröffentlichungen und Fremdbeilagen gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen und die zur Zeit gültige Preisliste. Für nicht gelieferte Mitteilungsblätter infolge höherer Gewalt oder anderer Ereignisse kann nur Ersatz des Betrages für ein Einzel Exemplar gefordert werden. Weitergehende Ansprüche, insbesondere auf Schadensersatz, sind ausdrücklich ausgeschlossen.

Stürmische Zeiten im Garten, Wiese und Flur

Der solo by Al-Ko Laubbläser und -sauger vereint die Vorzüge beider Geräte in einem. Viel Leistung und Ausstattung bei kleinem Gewicht.



Unser Preis: 299,-- €

Eichner Motorgeräte e.K.
Unterpurbach 32
95326 Kulmbach
Tel. 09221 - 93134
Fax 09221 - 93135
www.eichner-motorgeraete.de



www.solobyalko.com

Anzeigenberatung:

SAN@cm-creativmanagement.de

Die AWO informiert

Vortrag über wichtige Änderungen in der Pflegeversicherung

WANN? Mittwoch, 09. November 2016, ab 18:30 Uhr

WO? Gaststätte Ratskeller am Marktplatz bei Familie Reuther

WER? Dana Kolenda, Leiterin der AWO-Sozialstation Kulmbach
Sabine Streng, Pflegeberaterin bei der AWO

FRAGEN:

- Was kommt auf mich als pflegender Angehöriger zu?
- Neue Begutachtungsrichtlinien ab dem 01.01.2017!
- Soll ich mich noch nach altem Recht oder doch lieber nach neuem Recht begutachten lassen?
- Der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff kennt sechs Lebensbereiche:
 - Mobilität
 - Kognitive und kommunikative Fähigkeiten
 - Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
 - Selbstversorgung
 - Bewältigung von und selbständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
- Gestaltung des Alltagslebens und soziale Kontakte
- Was versteht man überhaupt unter all diesen Begriffen?
- Wie funktioniert die automatische Überleitung von den alten Pflegestufen in die neuen Pflegegrade?
- Was sollte man beachten, wenn der Medizinische Dienst der Krankenkassen (MDK) zur Begutachtung kommt?
- Diese und viele andere Fragen werden ausführlich besprochen
- Es besteht während der Vorträge, aber auch danach, die Möglichkeit, Fragen zu stellen

Um vielen Menschen die Möglichkeit der Teilnahme zu ermöglichen, beginnt die Veranstaltung bereits um 18:30 Uhr. Das Ende ist für 20:30 Uhr geplant. Informationsmaterial kann mit nach Hause genommen werden.

Für ältere Mitbürger/innen und Behinderte steht ein Fahrdienst zur Verfügung.

Unser AWO-Vorstandsmitglied Jürgen Auernhammer ist unter den Telefonnummern 09225/1560 sowie 0175/1945516 zu erreichen.

Für weitere Informationen steht der 1. Vorsitzende der Arbeiterwohlfahrt Stadtsteinach, Heinz Nowack, unter der Telefonnummer 09225/6789 zur Verfügung.

Bekanntmachung

Schutz der Wasserversorgungsanlagen im Winter

Eigentümer und Besitzer von Gebäuden sowie Nutzungsberechtigte werden hiermit auf ihre Verpflichtung gemäß § 12 Abs. 1 der Wasserabgabebesatzung hingewiesen, wonach Wasserzähler vor Beschädigungen – hierunter fallen auch solche durch Frost – zu schützen sind.

Die Instandsetzung frostbeschädigter Messeinrichtungen ist sehr kostspielig und geht zu Lasten des Wasserabnehmers.

Durch entsprechende Maßnahmen können solche Unkosten vermieden werden.

Stadtsteinach, 14.10.2016
STADTWERKE STADTSTEINACH
Wasserversorgung – Abwasserbeseitigung

Wolfrum
1. Bürgermeister
und Werkleitung


Ortsverein Stadtsteinach



2. Turnier

Samstag,
05. Nov. 2016

- Beginn: 14:00 Uhr -

in der Gaststätte "Ratskeller" am Marktplatz

Anmeldung für das Turnier von 13:30 Uhr bis 14:00 Uhr

nähere Infos:
AWO-Ortsverein Stadtsteinach - Tel.: 09225/6789

Wir gratulieren zum Geburtstag

Am 06.11.2016

Frau

Anni Kremer,

Schwand 30

zum 80. Geburtstag

Am 15.11.2016

Frau

Emilie Formanski,

Frankenstraße 7

zum 90. Geburtstag

Am 15.11.2016

Frau

Johanna Gicklhorn,

Frankenstraße 7

zum 85. Geburtstag



Einladung

zur Bürgerversammlung

am Donnerstag 10. November 2016

um 19.00 Uhr

im Medienraum der Volksschule Stadtsteinach, Alte
Pressecker Straße 18.

Gemäß Art. 18 der Gemeindeordnung findet zur
Erörterung gemeindlicher Angelegenheiten eine
Bürgerversammlung in Stadtsteinach statt.

TAGESORDNUNG :

1. Bericht des 1. Bürgermeisters
2. Aussprache, Wünsche, Anträge

Stadtsteinach, den 07.10.2016

S T A D T :

Wolfrum

1. Bürgermeister

Sonderausstellung im Stadtsteinacher Heimatmuseum

W eihnachtsteller gesucht!



Für die in der Vorbereitung befindende **Sonderausstellung**, die **vom 27. Nov. 2016 bis 08. Jan. 2017** im Stadtsteinacher Heimatmuseum zu sehen sein wird, werden noch ansprechende Exponate benötigt. Sollten Sie Weihnachtsteller aus verschiedenen Generationen besitzen und bereit sein diese der Sonderausstellung zur Verfügung zu stellen, würden wir uns sehr freuen.

Benötigt werden die Ausstellungsstücke bis
14. November 2016.

Die Organisatoren der Sonderausstellung, Frau und Herr Neupert, Tel.: 09225/6109 oder das Fremdenverkehrsamt Stadtsteinach, Tel.: 09225/9578-24 stehen ihnen für Auskünfte gerne zur Verfügung.

Für ihre Unterstützung bedanken wir uns schon heute recht herzlich.

VdK Ortsverband Stadtsteinach

**Einladung zur Weihnachtsfeier am Samstag,
den 26. November 2016**

Der VdK Ortsverband lädt recht herzlich alle Mitglieder, Angehörige und Gäste zu einem besinnlichen Nachmittag im Advent in das Gasthaus Frankenwald in Unterzaubach ein.

Beginn ist um 14.00 Uhr.

Mit Musik und Texten wollen wir Sie unterhalten und auf die kommenden Festtage einstimmen. Auf Ihren zahlreichen Besuch freuen sich

Ihre Vertreter in der Vorstandschaft

Bekanntmachung

Sicherung des Verkehrs im Winter

Die Eigentümer, Erbbauberechtigten oder sonst Verpflichteten werden hiermit auf die Bestimmungen der Gemeindeverordnung über die Sicherung des Verkehrs auf Gehbahnen zur Winterszeit **in der Stadt Stadtsteinach** hingewiesen. Danach müssen die Gehbahnen nach Maßgabe der oben bezeichneten Gemeindeverordnung gesichert werden.

Die Verpflichteten haben insbesondere die Gehbahnen bei Schnee, Schneeglätte oder Glatteis in sicherem Zustand zu erhalten und zu diesem Zweck

**an Werktagen
von 7.00 bis 20.00 Uhr
an Sonntagen und gesetzlichen Feiertagen
von 8.00 bis 20.00 Uhr**

- a) soweit wie möglich von Schnee oder Eis frei zumachen,
- b) bei Schnee oder Glatteis mit Sand oder anderen geeigneten Mitteln, jedoch nicht mit Tausalz oder ätzenden Stoffen, ausreichend zu bestreuen,

sobald und sooft dies zur Verhütung von Gefahren für Leben, Gesundheit, Eigentum oder Besitz erforderlich ist. Der geräumte Schnee oder die Eisreste dürfen den fließenden Verkehr unter keinen Umständen behindern. Andernfalls ist das Räumgut spätestens am folgenden Tage von der Straße zu entfernen.

Ist an der öffentlichen Straße nur auf einer Seite eine befestigte und ausgebaute Gehbahn im Sinne des § 2 Abs. 2 Buchst. a) dieser Verordnung (Gehweg) vorhanden, so haben die Anlieger beider Seiten der öffentlichen Straße die Sicherungsarbeiten gemäß § 10 gemeinsam durchzuführen. Die Sicherungsarbeiten sind in Kalenderwochen mit ungerader Zahl von den Anliegern auf der Straßenseite durchzuführen, an der der Gehweg liegt, in Kalenderwochen mit gerader Zahl von den Anliegern der Straßenseite, an der kein befestigter Gehweg vorhanden ist, soweit es sich nicht um rein landwirtschaftlich genutzte Grundstücke handelt. Für die Anlieger, vor deren Grundstück kein befestigter Gehweg liegt, ist Sicherungsfläche die den Vorderliegergrundstücken gegenüberliegende Fläche des befestigten Gehweges in den nach den Grundsätzen des § 6 ermittelten Grenzen.

Es wird darauf hingewiesen, dass Zuwiderhandlungen gegen die Gemeindeverordnung nach den gesetzlichen Bestimmungen geahndet werden. Unabhängig davon können durch einen etwaigen Unfall auf einem Gehsteig dem Verpflichteten recht hohe Kosten aus seiner Unterlassung entstehen, sei es durch Anspruch des Geschädigten selbst oder durch Regressansprüche der Krankenkasse wegen Verletzung der bestehenden Räum- und Streupflicht.

Stadtsteinach, 14.10.2016

S T A D T : Wolfrum, 1. Bürgermeister

Volkstrauertag 2016

An alle

Bürgerinnen und Bürger

VOLKSTRAUERTAG 2016

Am Sonntag, den **13. November 2016**, dem Volkstrauertag, gedenkt das Deutsche Volk der Opfer zweier Weltkriege, sowie der Opfer von Terror und Gewalt unserer Tage.

A B L A U F :

Sonntag, 13.11.2016

10.00 Uhr

Gedächtnisgottesdienst in der Kath. Pfarrkirche. Für die Mitglieder des Stadtrates und der Vereine sind im vorderen Teil Plätze reserviert. Es wird gebeten, diese in Anspruch zu nehmen.

nach dem Gottesdienst

Aufstellung aller Teilnehmer auf dem Kirchplatz und Marsch zum Friedhof

Marschfolge:

Kranzträger,
Soldatenkameradschaft, VdK, Musik, Stadtrat,
Behördenvertreter, Freiwillige Feuerwehren,
Sanitätsbereitschaften, weitere Vereine, Bevölkerung.

Auf dem Friedhof vor dem Kreuz:

Musikstück
Ansprache des/der Geistlichen
Ansprache des Bürgermeisters
Ansprache von Vereinsvertretern
Musik:
Lied vom guten Kameraden
währenddessen Kranzniederlegung
in der Gedächtniskapelle
Schlusswort des Vorsitzenden der
Soldatenkameradschaft
Stadtsteinach

Anschließend Rückmarsch aller Beteiligten mit Musik bis zum Marktplatz.

Es ergeht hiermit an die gesamte Bevölkerung herzliche Einladung mit der Bitte um zahlreiche Beteiligung.

Wolfrum

1. Bürgermeister

Volkshochschule Stadtsteinach
Marktplatz 8, 95346 Stadtsteinach

Leiter:

Roland Wolfrum, Erster Bürgermeister
Tel.: 09225/9578-0

Anmeldungen Kurse:

Susanne Gleich
Tel.: 09225/9578-23
Fax: 09225/9578-923
E-Mail: gleich@stadtsteinach.de

Geschäftszeiten:

Montag bis Freitag	7.30 bis 12.00 Uhr
Montag und Dienstag	13.30 bis 16.00 Uhr
Donnerstag	13.30 bis 18.00 Uhr

Gestalten

Künstlerisches Gestalten mit Ton für Anfänger und Fortgeschrittene

Vergessen Sie für ein paar Stunden den Alltag und setzen Sie Ihre Fantasien ins Figürliche um. Mit fachkundiger Unterstützung erlernen Anfänger, durch Pinch- und Wulsttechnik, das Aufbauen von Figuren und Skulpturen. Fortgeschrittene können ihr Erlerntes weiter ausbauen.

5 Abende, jeweils Montag, 18.00 bis 20.30 Uhr

Beginn: 07. November 2016

Gebühr: 60,00 € + Kosten für Material und Brennen

Kursleiter: Manfred Freiberger

Veranstaltungsort: Volksschule Stadtsteinach, Kreativraum



VHS Stadtsteinach + Herr Friedhelm Haun
laden ein zu einem Bildervortrag über



Nordirland

Dienstag, 22. Nov. 2016

in der Volksschule Stadtsteinach
- Medienraum -

Beginn: 19.00 Uhr

Unkostenbeitrag: 2,00 Euro

Nordirland
bietet herrliche Landschaften, die im Mittelpunkt des Vortrags stehen, z.B. Basaltsäulen, die über zig Meter ins Meer abfallen, alte Alleen



**Soldatenkameradschaft
Zaubach**

Einladung zum Volkstrauertag

an der Kriegergedächtniskapelle in Zaubach,
am Sonntag, 13. November 2016, 14:00 Uhr

- 13:15 Uhr Treffen der Vereine am "Scharfen Eck"
- 13:30 Uhr Abmarsch des Ehrenzuges zur Kriegergedächtniskapelle nach Unterzaubach
- 14:00 Uhr Andacht an der Kriegergedächtniskapelle

Stadtsteinacher Heimatmuseum



Öffnungszeiten:

November 2016

- So., 06. Nov. 14.00 Uhr - 17.00 Uhr
- Do., 10. Nov. 14.00 Uhr - 16.00 Uhr
- So., 27. Nov. 14.00 Uhr - 17.00 Uhr
- Do., 01. Dez. 14.00 Uhr - 16.00 Uhr



Kulmbacher Str. 11 - 95346 Stadtsteinach

November 2016

Dienstag 01.11.	Kath. Kirche	Friedhofsgang zum Fest Allerheiligen Beginn: 15:00 Uhr Rosenkranz in der Friedhofskapelle Beginn: 16:00 Uhr
Mittwoch 02.11.	Kath. Kirche	Messfeier zu Allerseelen in der kath. Pfarrkirche Beginn: 10:00 Uhr
Mittwoch 02.11.	Kath. Kirche	Rosenkranz in der Friedhofskapelle Beginn: 15:00 Uhr
Donnerstag 03.11.	AWO-Ortsverein Stadtsteinach	Märchen- und Erzählstunde für Kindergarten-, Vorschul- und Grundschul Kinder im Café „Michel“ Beginn: 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Donnerstag 03.11.	Fotogruppe Stadtsteinach	Wochentreff in der Ausflugsgaststätte „Waldschänke“ Informationen: Herr Nietert - Tel.: 0160/93219839 Beginn: 18:00 Uhr
Donnerstag 03.11.	Gartenbauverein Stadtsteinach	„Zwiebel die Heilpflanze 2015“ Vorführung mit Kostproben im Rot-Kreuz-Heim Referentin: Edith Wagner Beginn: 19:30 Uhr
Freitag 04.11.	Fränkischer Stammtisch „Wer mooch ko kumma“	Stammtisch in der Gaststätte „Zum Goldenen Hirschen“ Beginn: 19:00 Uhr
Samstag 05.11.	Verein zur Förderung und Betreuung des Bauernmarktes	Bauernmarkt in der Marktscheune / Knollenstraße Beginn: 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Samstag 05.11.	AWO-Ortsverein Stadtsteinach	2. AWO-Mensch-ärger-dich-nicht-TURNIER in der Gaststätte „Ratskeller“. Informationen: Max Gräbner – Tel.: 09225/956239 Fahrdienst innerhalb des Stadtgebietes: Jürgen Auernhammer – Tel.: 0175/1945516 Beginn: 13:30 Uhr
Sonntag 06.11.	Kath. Kirche	Hubertusmesse in der kath. Pfarrkirche Beginn: 10:00 Uhr
Montag 07.11.	Kath. Kirche Kath. Frauenbund	Ökumenisches Taizé-Gebet im kath. Pfarrheim Beginn: 19:00 Uhr
Mittwoch 09.11.	VdK Ortsverband Stadtsteinach	Monatstreffen im Café „Michel“ Beginn: 14:00 Uhr
Mittwoch 09.11.	AWO-Ortsverein Stadtsteinach	Zweites Pflegestärkungsgesetz – gültig am 01.01.2017 Infos, Tricks und Tipps in der Gaststätte Ratskeller Fahrdienst innerhalb des Stadtgebietes: Roland Wolfrum – Tel.: 09225/96021 Beginn: 18:30 Uhr
Donnerstag 10.11.	Kath. Kirche Kath. Frauenbund	Frauengottesdienst in der kath. Pfarrkirche Beginn: 09:00 Uhr
Donnerstag 10.11.	AWO-Ortsverein Stadtsteinach	Märchen- und Erzählstunde für Kindergarten-, Vorschul- und Grundschul Kinder im Café „Michel“ Beginn: 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Donnerstag 10.11.	Fotogruppe Stadtsteinach	Wochentreff in der Ausflugsgaststätte „Waldschänke“ Informationen: Herr Nietert - Tel.: 0160/93219839 Beginn: 18:00 Uhr
Freitag 11.11.	Faschingsgesellschaft Stadtsteinach	„Faschingsauftakt“ in der Steinachtalhalle Beginn: 19:00 Uhr
Sonntag 13.11.	Kath. Kirche Soldatenkameradschaft Stadtsteinach / Zaubach	Gedächtnisgottesdienst zum Volkstrauertag in der kath. Pfarrkirche, im Anschluss Kranzniederlegung auf dem Friedhof Beginn: 10:00 Uhr Gedächtnisandacht an der Kapelle in Unterzaubach Beginn: 14:00 Uhr Gedenkfeier in Triebenreuth Beginn: 15:00 Uhr

Fortsetzung November 2016

Donnerstag 17.11.	AWO-Ortsverein Stadtsteinach	Märchen- und Erzählstunde für Kindergarten-,Vorschul- und Grundschulkinder im Café „Michel“ Beginn: 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Donnerstag 17.11.	AWO-Ortsverein Stadtsteinach	AWO-Spieletreff im Nebenzimmer der Gaststätte „Ratskeller“. Angeboten werden das neue Stanicher-AWO-Memory, Schach, Dame, Mühle, Halma, Mensch-ärgere-Dich-nicht, Kartenspiele und andere Gesellschaftsspiele. Die Spiele stellt der Ortsverein zur Verfügung. Informationen und Fahrdienst (innerhalb des Stadtgebietes): Max Gräbner - Tel.: 09225/956239 Beginn: 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr
Donnerstag 17.11.	Fotogruppe Stadtsteinach	Wochentreff in der Ausflugsgaststätte „Waldschänke“ Informationen: Herr Nietert Tel.: 0160/93219839 Beginn: 18:00 Uhr
Samstag 19.11.	Verein zur Förderung und Betreuung des Bauernmarktes	Bauernmarkt in der Marktscheune / Knollenstraße Beginn: 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Samstag 19.11.	Radsportverein „Concordia Zaubach“	Fackelwanderung in Unterzaubach Beginn: 18:00 Uhr
Samstag 19.11.	Landjugend Zaubach	"Das Eich" mit dem Programm "Jetzt Eicht's!" im Landjugendheim in Unterzaubach Kartenvorverkauf: Tel.: 0157/72566871 Beginn: 20:00 Uhr
Donnerstag 24.11.	AWO-Ortsverein Stadtsteinach	Märchen- und Erzählstunde für Kindergarten-,Vorschul- und Grundschulkinder im Café „Michel“ Beginn: 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Donnerstag 24.11.	Fotogruppe Stadtsteinach	Wochentreff in der Ausflugsgaststätte „Waldschänke“ Informationen: Herr Nietert - Tel.: 0160/93219839 Beginn: 18:00 Uhr
Samstag 26.11.	VdK Ortsverband Stadtsteinach	Weihnachtsfeier im Gasthaus Frankenwald in Unterzaubach Beginn: 14.00 Uhr
Samstag 26.11.	SG Biathlon Stadtsteinach	Hainberglauf / Start und Ziel an der Steinachtalhalle Beginn: 14:00 Uhr
Samstag 26.11.	TSV Stadtsteinach	Winterwanderung des TSV Stadtsteinach, Treffpunkt am Sportheim Beginn: 16.30 Uhr
Samstag 26.11.	Kath. Kirche	Gottesdienst zum Kolpinggedenktag in der kath. Pfarrkirche Beginn: 10:00 Uhr
Sonntag 27.11.	Stadtsteinacher Heimatmuseum	„Puppenstuben und Weihnachtsteller“ Ausstellungseröffnung im Stadtsteinacher Heimatmuseum in der Kulmbacher Straße 11 Vom 27.11.2016 bis 08.01.2017 Beginn: 14:00 Uhr
Sonntag 27.11.	SPD-Ortsverein und AWO-Ortsverein Stadtsteinach	Weihnachtsfeier der AWO und des SPD-Ortsvereins Stadtsteinach im TSV Sportheim / Deinhardsmühle Beginn: 14:00 Uhr
Sonntag 27.11.	Schützengesellschaft Stadtsteinach	Vorweihnachtliche Feier im Schützenhaus / Bahnhofstraße Beginn: 15:00 Uhr
Sonntag 27.11.	Frankenwaldverein Ortsgruppe Stadtsteinach	Frankenwaldadvent in Bad Steben Informationen und Anmeldung: Tel.: 09225/95444 Beginn: 17:00 Uhr
Dienstag 29.11.	Kath. Kirche	Roratogottesdienst in der kath. Pfarrkirche Beginn: 19:00 Uh

Dezember 2016

Donnerstag 01.12.	AWO-Ortsverein Stadtsteinach	Märchen- und Erzählstunde für Kindergarten-,Vorschul- und Grundschul Kinder im Café „Michel“ Beginn: 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Donnerstag 01.12.	Fotogruppe Stadtsteinach	Wochentreff in der Ausflugsgaststätte „Waldschänke“ Informationen: Herr Nietert - Tel.: 0160/93219839 Beginn: 18:00 Uhr
Donnerstag 01.12.	Gartenbauverein Stadtsteinach	Vorweihnachtliches Treffen in der Gaststätte „Weißes Rößl“ Beginn: 19:00 Uhr
Freitag 02.12.	Fränkischer Stammtisch „Wer mooch ko kumma“	Stammtisch in der Gaststätte „Zum Goldenen Hirschen“ Beginn: 19:00 Uhr
Samstag 03.12.	Verein zur Förderung und Betreuung des Bauernmarktes	Bauernmarkt in der Marktscheune / Knollenstraße Von 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Samstag 03.12.	Feuerwehr Stadtsteinach	Weihnachtsfeier im Feuerwehrhaus / Industriestraße Beginn: 16:00 Uhr
Samstag 03.12.	Radsportverein „Concordia Zaubach“	Weihnachtsfeier in der Gaststätte „Frankenwald“ in Unterzaubach Beginn: 19:00 Uhr
Sonntag 04.12.	Kath. Kirche Evang. Kirche	12. Ökumenischer Weihnachtsmarkt auf dem Kirchplatz der kath. Pfarrkirche Beginn: 11:00 Uhr
Sonntag 04.12.	BRK Wasserwacht Ortsgruppe Stadtsteinach	Skibörse in der Steinachtalhalle Anlieferung von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr Verkauf von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Sonntag 04.12.	Musikinstitut Stadtsteinach	Adventskonzert in der kath. Pfarrkirche Beginn: 18:30 Uhr
Montag 05.12.	Kath. Frauenbund	Adventsfeier im kath. Pfarrheim Beginn: 15:30 Uhr
Dienstag 06.12.	Kath. Kirche	Rorategottesdienst in der kath. Pfarrkirche Beginn: 19:00 Uhr
Donnerstag 08.12.	AWO-Ortsverein Stadtsteinach	„Wir warten auf das Christkind!“ Märchen- und Erzählstunde für Kindergarten-,Vorschul- und Grundschul Kinder im Café „Michel“ Beginn: 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Donnerstag 08.12.	Fotogruppe Stadtsteinach	Wochentreff in der Ausflugsgaststätte „Waldschänke“ Informationen: Herr Nietert - Tel.: 0160/93219839 Beginn: 18:00 Uhr
Freitag 09.12.	Musikverein Stadtsteinach	Adventskonzert in der kath. Pfarrkirche Beginn: 19:00 Uhr
Samstag 10.12.	Faschingsgesellschaft Stadtsteinach	Weihnachtsfeier im TSV Sportheim Beginn: 19:00 Uhr

Fortsetzung Dezember 2016

Sonntag 11.12.	Stadt Stadtsteinach	Seniorenweihnachtsfeier in der Steinachtalhalle Beginn: 14:00 Uhr
Dienstag 13.12.	Kath. Kirche	Rorategottesdienst in der kath. Pfarrkirche Beginn: 19:00 Uhr
Mittwoch 14.12.	VdK Ortsverband Stadtsteinach	Monatstreffen im Café „Michel“ Beginn: 14:00 Uhr
Donnerstag 15.12.	Fotogruppe Stadtsteinach	Wochentreff in der Ausflugsgaststätte „Waldschänke“ Nähere Informationen: Herr Nietert Tel.: 0160/93219839 Beginn: 18:00 Uhr
Freitag 16.12.	Frankenwaldverein Ortsgruppe Stadtsteinach	Stadtsteinacher Adventswanderung mit Einkehr Informationen und Anmeldung: Tel.: 09225/95444 Beginn: 16:00 Uhr
Samstag 17.12.	Verein zur Förderung und Betreuung des Bauernmarktes	Bauernmarkt in der Marktscheune / Knollenstraße Von 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Samstag 17.12.	Soldatenkameradschaft Stadtsteinach	Weihnachtsfeier im Café „Gärtner“ Beginn: 15:00 Uhr
Sonntag 18.12.	Landjugend Zaubach	Besinnliche Seniorenweihnachtsfeier im Landjugendheim in Unterzaubach Beginn: 14:00 Uhr
Sonntag 18.12.	Landjugend Zaubach	Traditionelle Gruppenweihnachtsfeier im Landjugendheim in Unterzaubach Beginn: 20:00 Uhr
Dienstag 20.12.	Kath. Kirche	Rorategottesdienst in der kath. Pfarrkirche Beginn: 19:00 Uhr
Donnerstag 22.12.	Fotogruppe Stadtsteinach	Wochentreff in der Ausflugsgaststätte „Waldschänke“ Informationen: Herr Nietert - Tel.: 0160/93219839 Beginn: 18:00 Uhr
Samstag 24.12.	Kath. Kirche	Gottesdienste zum „Heiligen Abend“ in der kath. Pfarrkirche 15:00 Uhr - Kleinkindermette / Wortgottesdienst 16:30 Uhr - Kindermette 23:00 Uhr - Christmette
Sonntag 25.12.	Kath. Kirche	Messfeier in der kath. Pfarrkirche Beginn: 10:00 Uhr
Sonntag 25.12.	Kath. Kirche	Messfeier in Triebenreuth mit anschließender Kindersegnung Beginn: 11:30 Uhr
Montag 26.12.	Kath. Kirche	Messfeier mit Kindersegnung in der kath. Pfarrkirche Beginn: 10:00 Uhr
Samstag 31.12.	Kath. Kirche	Jahresschlussandacht in der kath. Pfarrkirche Beginn: 17:00 Uhr

Rathaus Stadtsteinach



Fotoausstellung

Kunst im Stadtsteinacher Rathaus

Fotoausstellung

der Fotogruppe Stadtsteinach

Eine ganze Stadt im Sucher



Samstag, 12. Nov. 2016
- 17.00 Uhr -

Ausstellungseröffnung mit einer Vernissage

Öffnungszeiten des Rathauses:

	Vormittag	Nachmittag
Montag:	7.30 Uhr bis 12.00 Uhr	13.30 Uhr bis 16.00 Uhr
Dienstag:	7.30 Uhr bis 12.00 Uhr	13.30 Uhr bis 16.00 Uhr
Mittwoch:	7.30 Uhr bis 12.00 Uhr	
Donnerstag:	7.30 Uhr bis 12.00 Uhr	13.30 Uhr bis 18.00 Uhr
Freitag:	7.30 Uhr bis 12.00 Uhr	

Ausstellung vom 12. Nov. 2016 bis 17. Feb. 2017

Info:
Fremdenverkehrsamt Stadtsteinach - Marktplatz 8 - 95346 Stadtsteinach



Abgabetermin für den Veranstaltungskalender 2017

Für die Zusammenstellung des Veranstaltungskalenders 2017 der Stadt Stadtsteinach werden alle Vereinsvorstände und Institutionen gebeten den Abgabetermin – **4. November 2016** – zu beachten und einzuhalten.

Anzeigenberatung:
SAN@cm-creativmanagement.de

**Denken Sie rechtzeitig an Ihre
Weihnachtsgrüße!**



Gemeindliche Nachrichten

Einladung zur Bürgerversammlung

am Freitag, den 18. November 2016 um
19:30 Uhr

im Haus der Jugend in Rugendorf

Sehr geehrte Mitbürger der Gemeinde Rugendorf,

gemäß Artikel 18 der bayerischen Gemeindeordnung findet auch heuer wieder eine ordentliche Bürgerversammlung statt.

Sie dient der Erörterung wichtiger Gemeindeangelegenheiten und ermöglicht den Gemeindebürgern ihre Fragen zu stellen.

Anträge, die in der Versammlung behandelt werden sollen, reichen Sie bitte bis zum 11.11.2016 bei der Gemeinde Rugendorf oder bei der Verwaltungsgemeinschaft Stadtsteinach ein.

Gemeinde Rugendorf

Ralf Holzmann
1. Bürgermeister

Bekanntmachung

Schutz der Wasserversorgungsanlagen im Winter

Eigentümer und Besitzer von Gebäuden sowie Nutzungsberechtigte werden hiermit auf ihre Verpflichtung gemäß § 19 Abs. 3 der Wasserabgabensatzung hingewiesen, wonach Wasserzähler vor Beschädigungen – hierunter fallen auch solche durch Frost – zu schützen sind.

Die Instandsetzung frostbeschädigter Messeinrichtungen ist sehr kostspielig und geht zu Lasten des Wasserabnehmers.

Durch entsprechende Maßnahmen können solche Unkosten vermieden werden.

Rugendorf, 14.10.2016
G E M E I N D E :

Holzmann
1. Bürgermeister

Gemeindliche Nachrichten

Bekanntmachung

Sicherung des Verkehrs im Winter

Die Eigentümer, Erbbauberechtigten oder sonst Verpflichteten werden hiermit auf die Bestimmungen der Gemeindeverordnung über die Sicherung des Verkehrs auf Gehbahnen zur Winterszeit **in der Gemeinde Rugendorf** hingewiesen. Danach müssen die Gehbahnen nach Maßgabe der oben bezeichneten Gemeindeverordnung gesichert werden.

Die Verpflichteten haben insbesondere die Gehbahnen bei Schnee, Schneeglätte oder Glatteis in sicherem Zustand zu erhalten und zu diesem Zweck

**an Werktagen
von 7.00 bis 20.00 Uhr
an Sonntagen und gesetzlichen Feiertagen
von 8.00 bis 20.00 Uhr**

- a) soweit wie möglich von Schnee oder Eis freizumachen,
- b) bei Schnee oder Glatteis mit Sand oder anderen geeigneten Mitteln, jedoch nicht mit Tausalz oder ätzenden Stoffen, ausreichend zu bestreuen,

sobald und sooft dies zur Verhütung von Gefahren für Leben, Gesundheit, Eigentum oder Besitz erforderlich ist. Der geräumte Schnee oder die Eisreste dürfen den fließenden Verkehr unter keinen Umständen behindern. Andernfalls ist das Räumgut spätestens am folgenden Tage von der Straße zu entfernen.

Es wird darauf hingewiesen, dass Zuwiderhandlungen gegen die Gemeindeverordnung nach den gesetzlichen Bestimmungen geahndet werden. Unabhängig davon können durch einen etwaigen Unfall auf einem Gehsteig dem Verpflichteten recht hohe Kosten aus seiner Unterlassung entstehen, sei es durch Anspruch des Geschädigten selbst oder durch Regressansprüche durch eine Krankenkasse wegen Verletzung der bestehenden Räum- und Streupflicht.

Rugendorf, 14.10.2016
G E M E I N D E :

Holzmann
1. Bürgermeister

Gemeindliche Nachrichten

Gemeindeverbindungsstraße Rugendorf – Feldbuch Sanierung fertiggestellt

Bei einer kleinen Feierstunde am 14.10. 2016 würdigte Bürgermeister Ralf Holzmann die erfolgreiche Straßensanierung.

Dabei konnte er Vertreter des Planungsbüros IBP aus Kulmbach, welches die Steuerung und Bauleitung inne hatte sowie Mitarbeiter der am Bau beteiligten Firmen begrüßen.

Auch die fleißigen Bauhof-Mitarbeiter aus Rugendorf, die an den Bau-Vorbereitungsarbeiten wie Grünschnitt und Baumfällungen beteiligt waren, waren zugegen.

Neben Mitgliedern aus dem Gemeinderat konnte der Bürgermeister auch Mitarbeiter der Verwaltungsgemeinschaft Stadtsteinach zur Feierstunde willkommen heißen.

Bürgermeister Holzmann bedankte sich beim Planungsbüro IBP und bei den ausführenden Firmen für die ausgezeichnete Umsetzung der Arbeiten und für die Termintreue.

In seiner Rede zur Eröffnungsfeier ging 1. Bürgermeister Holzmann noch kurz auf die Historie und auf die Umsetzung der Baumaßnahme ein:

„Die Gemeinde Rugendorf hat sich schon lange mit der Notwendigkeit der Sanierung dieser Straße beschäftigt.

Die Beratungen über Ausführungsvarianten reichen über mehrere Jahre zurück.

Wir haben uns mit der Notwendigkeit und den Ausführungsvarianten konstruktiv befasst und uns eine überschaubare Zeit bis zur Beschlussfassung gegeben.

Der Gemeinderat hat mit dem Beschluss über die Ausführung und der gewählten Variante die richtige Entscheidung getroffen und was besonders erfreulich ist, wir haben die Umsetzung, die Planung und die Fertigstellung relativ schnell hinbekommen.

Die Haltbarkeit der von uns gewählten Ausführungsvariante der Straßensanierungsmaßnahme wird lt. TÜV Rheinland Pfalz auf minimal 20 Jahre beziffert.

Die Investition dieser Straßensanierung haben wir im verabschiedeten Gemeindehaushalt 2016 eingestellt.

Es ist davon auszugehen, dass wir die veranschlagte Investitionssumme von insgesamt 220.000 Euro nicht ausschöpfen werden.

Eine exakte Abrechnung liegt uns derzeit noch nicht vor. In der am 18. November stattfindenden Bürgerversammlung werden aber alle Zahlen detailliert vorgestellt werden.

Gemeindliche Nachrichten

Der Gemeinderat hat die nun umgesetzte Sanierungsvariante gewählt, die ohne Mitnahme von staatlichen Zuschüsse am Ende für die Gemeinde die kostengünstigste ist.

Nicht unerwähnt möchte ich auch lassen, das wir bei der Umsetzung der Straßenbau-Maßnahme abwägen mussten, ob wir einige Bäume fällen müssen, die bereits die alte Fahrbahndecke angehoben hatten und die die Fahrbahnbreite beeinträchtigen.

Die Gemeinde Rugendorf bzw. der Gemeinderat musste entscheiden:

Zwischen weiterer Nutzung dieser Straße mit Wahrung der Verkehrssicherheit und ökologischen Gesichtspunkten. Dies geschah auch in Beratungen und Absprachen mit dem Landratsamt Kulmbach.

Wir haben uns für das Gemeinwohl entschieden um den Erhalt der Straße und die Verkehrssicherheit zu gewährleisten.

Wir geben der Natur durch die Neupflanzung von Bäumen auch wieder einen Ausgleich.“

Bürgermeister Ralf Holzmann übergab dann die Verbindungsstraße Rugendorf nach Feldbuch offiziell wieder ihrer Bestimmung und wünschte allen Verkehrsteilnehmern allseits eine gute und sichere Fahrt.

Breitbandausbau Losau:

In der letzten Gemeinderatssitzung vom 10.10.16 wurde auch das Thema Breitbandausbau Losau thematisiert.

Hier wurden die Inhalte aus einem Gespräch zwischen 1. Bürgermeister Ralf Holzmann, der Bayernwerk AG, sowie der Thüga Metering Service GmbH vorgestellt.

Es soll eine Koordination der notwendigen Erdarbeiten für die Verlegung des Glasfaserkabels und dem Abbau der Strom-Dachständer im Bereich der Anwesen Nummer 29 bis 36 stattfinden.

Nach Möglichkeit sollen die Aufgrabe-Arbeiten parallel durch eine gemeinsame Baufirma erfolgen. Die Thüga hat Mitte Oktober mit dem Bau der Zuleitung von der Landkreisgrenze aus begonnen und diese mündet im Bereich des Sportplatzes nach Losau ein.

Der Funktionskasten für den DSLAM (digitale Vermittlungsstelle) soll im Bereich des Anwesens Losau 53 aufgestellt werden, da dort bereits ein Funktionskasten der Deutschen Telekom AG steht und ein weiterer von der Bayernwerk AG gestellt wird.

Die Verlegung des Breitbandes wird im Grünbereich nicht immer möglich sein, so dass gegenüberliegende Gebäude auch durch Straßen – Querungen anzubinden sein werden.

Die Anbindung an die einzelnen Gebäude wird durch die verantwortliche Firma (Thüga Metering Service GmbH) individuell mit den Eigentümern besprochen.

Gemeindliche Nachrichten

Die Bauausführung mit Glasfaser Technologie ist zukunftsweisend, fortschrittlich, vorbildlich und die sinnvollste Lösung. Durch diese Variante wird eine erhebliche Verbesserung der Internetgeschwindigkeit für die Bürger und für Firmen möglich.

Großer Dank gilt auch der Bayerischen Staatsregierung, besonders Herrn Finanzminister Markus Söder für die große Förderung, ohne die diese Maßnahme nicht umzusetzen wäre.

Anschaffungen für den Bauhof Rugendorf:

Winterdienstfahrzeug:

Nachdem der alte Unimog erhebliche Mängel aufweist und größere Reparaturen nötig wären, hat der Gemeinderat beschlossen, ein Ersatzfahrzeug anzuschaffen.

Eine Reparatur des Fahrzeuges war unrentabel und es bestand auch keine Aussicht darauf, dass die Maschine noch längere Zeit einsatzbereit ist.

Für die Gemeinde Rugendorf ist es sehr wichtig, dass ein zuverlässiges Einsatzfahrzeug gerade für den Winterdienst vorhanden und einsatzfähig ist.

Aus mehreren Angeboten wurde ein gutes Gebrauchtfahrzeug Unimog U 400 mit Streuautomat angeschafft (Preis 37.500€), das aber neben dem Winterdienst auch für viele Arbeiten des Bauhofs eingesetzt werden kann.

Rüttelplatte:

Als weitere Ersatz-Investition wird eine Rüttelplatte im Wert von rund 4.500 € angeschafft, da die Reparatur des bisherigen Gerätes ebenfalls unwirtschaftlich gewesen wäre.

Es ist ein wichtiges Werkzeug für Bauhofarbeiten wie Straßenausbesserungen und Pflasterarbeiten.

Die Geldmittel für die genannten Anschaffungen sind im verabschiedeten Haushalt 2016 enthalten und werden die Plan-Investitionssummen wesentlich unterschreiten.

Sparsames Handeln trotz teilweise dringend notwendiger Anschaffungen zum Wohle der Kommune bleibt eine wichtige Devise des 1. Bürgermeisters und seiner Gemeinderäte und wurde auch hier wieder umgesetzt.

Gemeindliche Nachrichten

Spenden für Kindergarten und Grundschule

Bericht: Klaus-Peter Wulf

Es ist noch in aller Munde, das rundum gelungene 50-jährige Gründungsfest der Landjugend Rugendorf vom Juli diesen Jahres. Dabei wurde beim Festkommers auch ein Quiz mit Prominententeams veranstaltet.

Die Bundestagsabgeordnete Emmi Zeulner und der Bayerische Landesvorsitzende der Landjugend, Martin Baumgärtner traten gegen Landrat Klaus Peter Söllner und Bürgermeister Ralf Holzmann an. „Das war eine sehr pfiffige Idee und hat uns allen viel Spaß gemacht!“, urteilte Holzmann nochmals, als im Kindergarten die Übergabe der Gewinne als Spendengelder anstand.

Das Siegerteam Zeulner/Baumgärtner trat für den Kindergarten an und so durfte sich die Leiterin Waltraud Bauer über eine Spende von 160 Euro freuen. Unterlegen war das Team Söllner/Holzmann, das trotzdem 100 Euro erkämpfte, die für eine Sachspende an die Grundschule gingen.



Unser Bild zeigt bei der Spendenübergabe im Rugendorfer Kindergarten (von links) Kindergartenleiterin Waltraud Bauer, Klassenleiterin Andrea Langer von der Grundschule, Rektor Dr. Michael Pfitzner, die Schriftführer Daniel Schmidt und Sabrina Nützel sowie stellvertretende Vorsitzende Anja Rosenberg von der Landjugend Rugendorf und Bürgermeister Ralf Holzmann.

Bild: kpw

Gemeindliche Nachrichten

Großer Bahnhof für Manfred Schmidt-Hofmann - Der Rugendorfer Unternehmer feierte seinen 80. Geburtstag

Bericht Klaus-Peter Wulf

Einen großen Bahnhof erlebte der Rugendorfer Unternehmer und engagierte Mitbürger Manfred Schmidt-Hofmann anlässlich seines 80. Geburtstages. Der Jubilar ist in Rugendorf geboren, aufgewachsen und zur Schule gegangen. Nach dem Besuch der Volksschule erlernte er die Berufe als Metzger sowie Landwirt und machte später noch eine weitere Ausbildung zum Einzelhandelskaufmann. Er heiratete seine Hannelore und die Ehe war mit den drei Töchtern Elisabeth, Heidi und Karin gesegnet. 1974 stieg Manfred Schmidt-Hofmann mit einem Milchsammelfahrzeug in die Selbstständigkeit ein und es erfolgte der kontinuierliche Aufbau des Speditionsgewerbes mit heute 48 Zügen und 60 Beschäftigten. 30 Jahre (1972-2002) diente Schmidt-Hofmann seiner Gemeinde als Ratsmitglied, war 15 Jahre (1987-2002) dritter Bürgermeister und 19 Jahre (1983-2002) stellvertretender Gemeinschaftsvorsitzender der VG Stadtsteinach-Rugendorf.

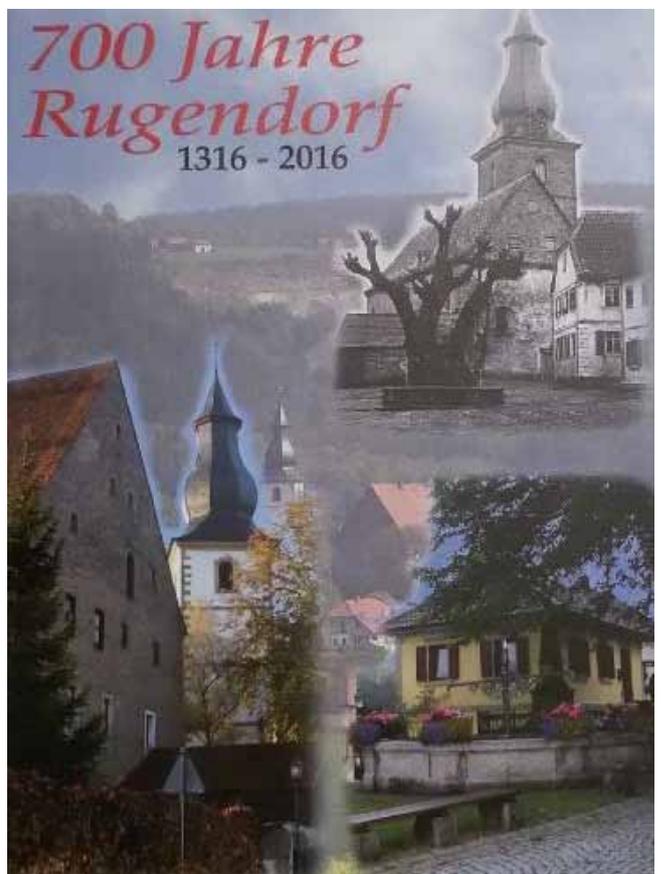
Die Glückwünsche der Kirche sprach Pfarrerin Sigrun Wagner zum Ehrentage aus. Bürgermeister Ralf Holzmann würdigte den Einsatz Schmidt-Hofmanns für den Erhalt der Selbstständigkeit der Gemeinde Rugendorf, der Grundschule, Förderung der Jugend, Landwirtschaft, Vereine sowie des Gewerbes und sozialen Wohnungsbaus. Holzmann gratulierte auch in seiner Eigenschaft als stellvertretender VG-Vorsitzender zum 80. Geburtstag. Die außerordentlichen Verdienste von Manfred Schmidt-Hofmann wurden 2007 mit der Bürgermedaille der Gemeinde Rugendorf sowie 2010 mit der Verleihung des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland gebührend gewürdigt. Die Glückwünsche der CSU Rugendorf, deren Gründungsmitglied der Jubilar ist, überbrachte Elisabeth Schmidt-Hofmann. Für die Feuerwehr Rugendorf gab sich Vorsitzender Roland Schnaubelt ein Stelldichein und würdigte die außerordentliche Arbeit des Ehrenvorsitzenden Schmidt-Hofmann für die Löschgruppe. Vorsitzende Andrea Weisath bedankte sich beim 80-jährigen für die Förderung der Dorfmusik Rugendorf. Musikalisch wird die Blaskapelle am Samstag noch einen musikalischen Blumenstrauß überreichen. Vom Gartenbauverein Rugendorf gab sich Vorsitzender Hermann Dippold ein Stelldichein, für die Sparkasse Kulmbach-Kronach Jürgen Müller sowie Kulmbacher Bank Johannes Oppel. Nicht fehlen durften im Gratulantenreigen Altbürgermeister Dieter Oertel, Hans Bodenschlägel vom gleichnamigen Schreinereibetrieb sowie die Weggefährten, Freunde und Nachbarschaft.

Gemeindliche Nachrichten



Unser Bild zeigt einen Teil der Gratulantenschar und Familie mit (von links) Töchtern Elisabeth, Heidi und Karin, Schwägerin Elisabeth Herold, Gattin Hannelore, Schwiegersohn Harald Zettl, Enkelin Zoe, Jubilar Manfred Schmidt-Hofmann, Johannes Oppel, Bürgermeister Ralf Holzmann, Maria Will und Altbürgermeister Dieter Oertel.

Bild: kpw



Gemeindliche Nachrichten

Karl Hofmann feierte seinen 85sten Eine große Gratulantschar gab sich ein Stelldichein

Bericht: Klaus-Peter Wulf

Karl Hofmann feierte in Rugendorf im Kreise der Familie und Freunde seinen 85. Geburtstag.

Er ist in der Frankenwaldgemeinde geboren und aufgewachsen. Die Schule besuchte Hofmann in Rugendorf sowie Kulmbach und studierte dann an der Technischen Universität in München. Gearbeitet hat Karl Hofmann bei den Bayerischen Motoren Werken (BMW) und dann dem Bayernwerk bis zu seiner Pensionierung. Der Ruhestand zog ihn wieder in die Heimat nach Rugendorf, wo er sich mit seiner Ehefrau Veronika an der Waldleite ein Haus baute.

Die Glückwünsche der Gemeinde Rugendorf sprach 2. Bürgermeister Fritz Rösch zum Ehrentage aus und gratulierte in seiner Eigenschaft als stellvertretender Vorsitzender zudem vom CSU-Ortsverband zum 85sten. Für die Seniorenunion Kulmbach gaben sich stellvertretender Vorsitzender Dr. med. Dieter Hägele und Schriftführer Richard Lehmeier ein Stelldichein.



Unser Bild zeigt 2. Bürgermeister Fritz Rösch (vorne von links) Jubilar Karl Hofmann mit Ehefrau Veronika und Bruder Manfred Schmidt-Hofmann im Kreise der Familie und Gratulantschar.

Bild: kpw

Veranstaltungen und Termine der Gemeinde Rugendorf

Gymnastikgruppen:

Seniorengymnastik - mit Doris Held
Jeden Montag um 19.00 Uhr im Haus der Jugend - Saal

Gymnastik 50 plus - mit Hanne Roth

Treffpunkt: jeden Mittwoch ab 18:30 Uhr im Haus der Jugend - Saal

Hier die Termine für November 2016

02.11.2016
Aufwärmen: Leichte Aerobicsschritte
Wirbelsäulengymnastik ohne Handgeräte
Entspannung: Autogenes Training

09.11.2016
Aufwärmen und Gymnastik
mit dem Stuhl
Entspannung: Yoga

16.11.2016 Buß und Betttag
Keine Gymnastik

23.11.2016
Aufwärmen: Kleiner Ausdaueranteil
Wirbelsäulengymnastik mit Kurzhandeln
Entspannung: Progressive Muskelentspannung
nach Jacobsen

30.11.2016
Aufwärmen: Leichte Aerobicsschritte
Bauch, Beine, Po
Entspannung: Stretching

Wir freuen uns auf jeden neuen Teilnehmer !
Mitzubringen sind bequeme Sportkleidung,
Gymnastikmatte und Handtuch, ggf. ein Getränk und
Spaß an der Bewegung mit einer netten Gruppe !

Kursgebühr: Mitglieder SG Rugendorf-Losau → Frei
Nichtmitglieder: 10 Abende gesamt 20 Euro.

Fitnessgymnastik – mit Judith Hofstetter
Treffpunkt: jeden Mittwoch ab 19:30 Uhr im Haus der Jugend - Saal

Für alle, die Spaß am Fitbleiben haben.
Auch Anfängerinnen sind jederzeit herzlich willkommen.
Schaut einfach mal bei uns vorbei!

Veranstaltungen November 2016

01. November 2016:
Tischtennis Übungsleiter-Ausbildung
Veranstalter: TTC Rugendorf
Ort: TTC-Halle und Haus der Jugend, Rugendorf
03. November 2016, 18:00 - 19:00 Uhr:
Zumba-Kurs
Veranstalter: Landjugend-Kreisverband Kulmbach
Ort: Haus der Jugend, Rugendorf
05. November 2016, 10:00 Uhr:
Tag des Schreiners
Veranstalter: Schreinerei Bodenschlägel GmbH + Co.KG
Ort: Schreinerei Bodenschlägel, Am Katzbach 1,
Rugendorf
08. November 2016, Uhr:
VdK-Stammtisch
Veranstalter: VdK Rugendorf
Ort: Gasthaus Weisath, Zettlitz
10. November 2016, 18:00 - 19:00 Uhr:
Zumba-Kurs
Veranstalter: Landjugend-Kreisverband Kulmbach
Ort: Haus der Jugend, Rugendorf
12. November 2016, 17:00 Uhr:
Kinder - Musical
Veranstalter: Theatergruppe Rugendorf
Ort: Haus der Jugend, Rugendorf
13. November 2016, 17:00 Uhr:
Kinder - Musical
Veranstalter: Theatergruppe Rugendorf
Ort: Haus der Jugend, Rugendorf
17. November 2016, 18:00 - 19:00 Uhr:
Zumba-Kurs
Veranstalter: Landjugend-Kreisverband Kulmbach
Ort: Haus der Jugend, Rugendorf
18. November 2016, 19:00 Uhr:
Bürgerversammlung der Gemeinde Rugendorf
Veranstalter: Gemeinde Rugendorf
Ort: Haus der Jugend, Rugendorf

Veranstaltungen November 2016

19. November 2016, 18:30 Uhr:
Jahresabschlussfeier mit Ehrungen
Veranstalter: TTC Rugendorf
Ort: Haus der Jugend, Rugendorf
20. November 2016, 09:30 Uhr:
Kreismannschaftsmeisterschaft Schüler A / Schüler B
Veranstalter: TTC Rugendorf
Ort: TTC-Halle
24. November 2016, 18:00 - 19:00 Uhr:
Zumba-Kurs
Veranstalter: Landjugend-Kreisverband Kulmbach
Ort: Haus der Jugend, Rugendorf
26. November 2016, 19:00 Uhr:
Adventsfeier
Veranstalter: Dorfmusik und Posaunenchor Rugendorf
Ort: Feststadel Zettlitz



Vereine und Verbände

VdK Rugendorf

**Hans Gareis ist seit 60 Jahren engagiert
30 Jahre ist Hedwig Röder und 25 Jahre
Claus Ludwig dabei**

Bericht: Klaus-Peter Wulf

333 Mitglieder zählt derzeit der VdK-Ortsverband Rugendorf. Der Kulmbacher Kreisvorsitzende Klaus Nenninger und die Ortsvorsitzenden Fritz Rösch und Albert Müller ehrten auf der Jahreshauptversammlung am Samstagvormittag im Feststadel Weisath die Mitglieder Ursula Witzgall (Oberehesberg) und Georg Weisath (Zettlitz) für zehn Jahre engagierte Mitgliedschaft mit der VdK-Treuenadel, einer Dankurkunde und einem Präsent. Für zehnjährige Mitarbeit dankten sie Ingrid Mittler in der Organisation. Hans Gareis aus Rugendorf sollte am Samstag für sein 60-jähriges Engagement im VdK-Sozialverband gedankt werden. 30 Jahre ist Hedwig Röder und 25 Jahre Claus Ludwig, beide aus Wartenfels, eingeschrieben. 10 Jahre sind Alfred Buchholz (Presseck), Inge Dippold (Feldbuch), Christa Klein-Dippold, Ernst Fischer, Anita Beyerlein (alle Rugendorf), Margitte Lehnert (Bayreuth), Margitte Pöhlmann (Zettlitz), Margarete Stöcker, Horst-Günter Tempel, Edgar Ernst, Margarete Seebach (alle Wartenfels), Margareta Fechner, Rudi Siegmund (beide Losau), Reinhard Hildner (Reichenbach), Harald Helgerth (Heinersreuth), Jürgen Herzog (Braunersreuth), Annemarie und Wolfgang Fischer (Untersteinach) sowie Nobert Fischer (Oberehesberg) im VdK engagiert. Alle konnten aus gesundheitlichen oder persönlichen Gründen nicht an dem Treffen teilnehmen und bekommen von den drei Betreuerinnen Helene Blüchel, Margitte Pöhlmann und Ursula Witzgall die Treuenadel, Dankurkunde und ein Präsent überreicht.

Vorsitzender Fritz Rösch ging auf die gutbesuchte Grillparty Ü 50 sowie das Schlachtfest und Adventsfeier ein. Besucht wurden die VdK-Sondervorstellung auf der Naturbühne in Trebgast sowie die Benefiz-Theateraufführung der „Berchler“ in Kupferberg. Ein dickes Dankeschön empfangen die Betreuerinnen Helene Blüchel, Margitte Pöhlmann und Ursula Witzgall für ihre gerne gemachten Hausbesuche bei den Mitgliedern. Kassier Harald Hohner zeigte den Versammelten geordnete Finanzen auf. Ein besonderes Dankeschön sagte er den Sammlerinnen und Sammlern der Herbstsammlung „Helft Wunden heilen“, die 653 Euro erbrachte und lobte die Gebefreudigkeit der Bürgerschaft.

„Der VdK-Sozialverband Bayern hat einen guten Namen und seine Arbeit wird von der Bevölkerung geschätzt“, sagte der Kreisvorsitzende Klaus Nenninger. Aktuell gehören dem Landesverband Bayern 66000 und der Kulmbacher Kreisorganisation 8300 Mitglieder

an, Tendenz steigend. Im Landkreis Kulmbach sind 11,5 Prozent der Einwohner dabei, womit die VdK-Kreisorganisation mit ihren 29 Ortsverbänden nach wie vor die zweitstärkste im Freistaat Bayern ist. Nenninger lobte den VdK Rugendorf als sehr rührigen Ortsverband, der seinen Mitgliedern viele Veranstaltungen anbietet und stets zur Stelle ist, wenn seine Unterstützung gebraucht wird. Viel Aufmerksamkeit hat der VdK-Kreisverband Kulmbach mit der Aktion „Weg mit den Barrieren“ erzielt.



Von 25 Auszeichnungen konnten bei der Jahreshauptversammlung des VdK-Ortsverbandes Rugendorf im Feststadel Weisath in Zettlitz nur drei persönlich übergeben werden. Unser Bild zeigt (von links) 2. Ortsvorsitzenden Albert Müller, Ingrid Mittler, Georg Weisath, 1. Ortsvorsitzenden Fritz Rösch, Ursula Witzgall und Kreisvorsitzenden Klaus Nenninger.

Bild: kpw



Vereine und Verbände

Theatergruppe Rugendorf

In einer Spielzeugtruhe wohnen Puppen und Kuscheltiere friedlich zusammen. Bis eines Tages eine neue Mitbewohnerin auftaucht, Felicitas! Die Neue wird schnell ausgegrenzt weil sie bunt und schrill und eine Fremde ist. Felicitas' Versuche, in ihrem neuen Heim Freunde zu finden, scheitern an Arroganz, Angst und Missgunst der anderen. Da greift Rabador, der große Zauberer, ins Geschehen ein. Er versperrt die Truhe und damit das Zuhause aller mit einem magischen Zauberschloss. Bald wird klar, dass der passende Schlüssel nicht im Kinderzimmer zu finden ist. Und so begeben sich Felicitas und Franz Findig der Detektiv mit Hilfe eines Zauberbuchs auf eine Reise um die Welt, um von jedem Kontinent der Erde ein Stück für den geheimnisvollen Schlüssel zusammen zu tragen.

Auf ihrem musikalischen Abenteuer begegnen sie wilden Piraten, stolzen Indianern, einem weisen Drachen und noch vielen anderen mehr. Aber ob sie erkennen können, dass nur gemeinsames Handeln und ehrliche Freundschaft sie zum Ziel führen werden?

Es lädt ein die Theatergruppe Rugendorf



Vereine und Verbände

BRK-Sozialdienst Rugendorf

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

die BRK-Sozialdienstgruppe muss Ihnen leider mitteilen, dass aus Mitgliedermangel in nächster Zeit keine Aktivitäten geplant werden können.

So muss auch der traditionelle Adventsnachmittag unsererseits ausfallen.

Die Frauen bedanken sich bei Ihnen allen für die langjährige Treue und Teilnahme bei allen organisierten Veranstaltungen.

Wir, die BRK-Sozialdienstgruppe, wünschen jetzt schon eine schöne und besinnliche Vorweihnachtszeit und alles Gute - vor allem Gesundheit - für die Zukunft.

Ihre Frauen der BRK-Sozialdienstgruppe Rugendorf



- Anzeige -

Den Körper auf den neuen Rhythmus umstellen

Am letzten Oktoberwochenende wurden die Uhren um eine Stunde zurückgestellt: Die Winterzeit hat begonnen und die Zeitumstellung sorgte für den längsten Tag des Jahres. Manche Menschen merken davon gar nichts, freuen sich über den längeren Sonntag und stellen sich sofort auf den neuen Rhythmus ein. Laut einer repräsentativen Umfrage von Statista hat jeder Vierte damit keinerlei Probleme. Fast die Hälfte gibt allerdings an, die zusätzliche Stunde drei oder mehr Tage im Tagesrhythmus zu merken. Die Ergebnisse zeigen auch: Frauen haben im Schnitt mehr Probleme mit der Zeitumstellung. So geben nur 19 Prozent der Frauen an, keinen Tag für die Umstellung zu brauchen, gegenüber 27 Prozent der Männer.

„Die Umstellung auf die Winterzeit wirkt sich auf den Biorhythmus aus, der sich am Tageslicht orientiert“, so Ulrike Fischer, Bewegungsfachkraft der AOK-Direktion Bayreuth-Kulmbach. Die sogenannte innere Uhr hat nicht nur Einfluss auf den Schlafrhythmus, sondern auch auf viele andere Vorgänge im Körper. Besonders empfindlich auf die Zeitumstellung reagieren Ältere und Menschen mit Schlafstörungen. Mit viel Bewegung an der frischen Luft kann man hier gegensteuern, denn sie wirkt sich schlaffördernd aus. „Besonders gut klappt die Umstellung auf den winterlichen Tagesrhythmus, wenn man das Tageslicht, vor allem an Sonnentagen nutzt, um spazieren zu gehen, zu walken oder zu joggen“, so Ulrike Fischer. Um Schlafstörungen vorzubeugen, helfen Fußbäder, heiße Vollbäder und Entspannungstechniken wie autogenes Training. Der Verzicht auf koffeinhaltige Getränke und Alkohol sowie auf allzu üppige Mahlzeiten am Abend verbessert in der Regel ebenfalls den Schlaf.

Es kann bis zu 14 Tagen dauern, bis sich der Körper auf den neuen Rhythmus eingestellt hat. „Erfahrungsgemäß gelingt die Umstellung von Sommer- auf Winterzeit aber einfacher als andersherum“, so die Gesundheitsexpertin.

AOK
Die Gesundheitskasse.

RÜCKEN aktiv
Mit AOK-Experten für einen gesunden Rücken und mehr Freude

Sie wollen Ihren Rücken stärken?
Werden Sie Ihr eigener Bewegungs-coach mit dem AOK-Onlineprogramm.

Über 15 Wochen erhalten Sie wissenschaftlich fundierte Informationen, Übungsanleitungen und Trainingstipps, die genau auf Sie abgestimmt sind. Der Rückenexperte Prof. Dr. Klaus Pfeifer begleitet Sie durch das AOK-Programm und unterstützt Sie dabei, mehr Bewegung in Ihren Alltag zu bringen. Melden Sie sich jetzt an!

Gesundheit in besten Händen www.aok.de/rueckenaktiv

HERMANN SCHMIDT
Bauelemente

FENSTER · TÜREN · MARKISEN · FLIEGENGITTER · ROLLLADEN

ZUM SKI-SERVICE
BREEDPLANOXER

Am Anger 1
95365 Rugendorf
Tel.: 0 92 23 / 13 45
Fax: 0 92 23 / 9 45 91 70

Ausstellungsraum
Stadtsteinach:
Kronacher Str. 12
95346 Stadtsteinach
Tel.: 0 92 25 / 95 63 93

AM ANGER 1 95365 RUGENDORF TEL.: 0 92 23 / 13 45

BODENSCHLÄGEL
OBJEKTEINRICHTUNGEN & SCHREINEREI

TAG UND NACHT
DES SCHREINERS

SAMSTAG
5. NOVEMBER 2016
10-22 UHR

- Aktionen zum Mitmachen
- Unterhaltung für die ganze Familie
- Infos & Beratung zu Küche, Bad, Türen, Fenster und Inneneinrichtung
- Informative Vorträge

ENTSPANNT MODERNISIEREN
Finden Sie Ihren Wohnstil

Bodenschlägel GmbH & Co. KG
Am Katzbach 1 | 95365 Rugendorf
Weitere Infos unter www.bodenschlaegel.de

GESUNDE SCHWITZKUR MIT VIEL ABWECHSLUNG



- Saunen im Innen- und Außenbereich
- 20 betreute Aufgüsse täglich, inklusive wechselnde Spezialaufgüsse
- Dampfbad und Steinbad
- Erlebnisduschen
- Whirlpool, Wärme- und Kältebecken
- Und vieles mehr ...

LANGE SAUNANACHT
IN DER LOHENGRIN THERME
VON SAMSTAG, DEN 19. NOVEMBER
AUF SONNTAG, DEN 20. NOVEMBER.
HABEN ALLE BEREICHE BIS 1 UHR
NACHTS GEÖFFNET.

Kurpromenade 5
95448 Bayreuth
Tel. (09 21) 79 24 0-0
www.lohengrin-therme.de

LOHENGRIN THERME BAYREUTH
Staatlich anerkannte Heilquelle
Heilquellenkurbetrieb

Thermenwelt:
tägl. von 9 – 22 Uhr
Sauna/Wellness:
tägl. von 11 – 22 Uhr

EINDRÜCKE DIE BLEIBEN



DRUCK mit DRUCKVEREDELUNG von



LOUIS HOFMANN Ihre Druckerei
Telefon: 0 95 62 / 98 30-0 · Internet: www.LH-Druckerei.de

Annahmeschluss Dez.- Ausgabe: 18. Nov. 2016
Denken Sie rechtzeitig an Ihre Weihnachtsgrüße!
info@creativ-AG.de, Tel. 0 92 29 / 973 45 90 . Fax 973 45 91

management know how + creative ideen

ihre quelle für erfolg

Von der Analyse
über die Konzeption und Beratung
bis zur professionellen
Umsetzung:

Werbemittel

- Geschäftsdrucksachen
- Direktmailing-Aktionen
- Messe-Auftritte
- Mitarbeiter-Seminare
- Internet-Präsenzen



cm creativ management AG
Schwarzach 16
95336 Mainleus

Tel. 0 92 29 - 973 45 90
Fax 0 92 29 - 973 45 91

info@creativ-AG.de
www.creativ-AG.de

