



Mitteilungsblatt

der Gemeinde Pleß

Herausgeber Gemeinde Pleß
Verantwortlich für den gemeindlichen Teil: der Bürgermeister
Druck: Agentur FishHayse, 87767 Niederrieden

Ausgabe Nr. 13

27.03.2025

DAS RATHAUS INFORMIERT

Einladung zur Bürgerversammlung

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
zu der am

**Donnerstag, den 10. April 2025
um 20.00 Uhr
im Zehentstadel**

stattfindenden Bürgerversammlung lade ich
Sie herzlich ein.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Rechenschaftsbericht des Bürgermeisters
3. Allgemeine Aussprache

Ich freue mich auf Ihre Teilnahme und Ihr Interesse.

Anton Keller

1. Bürgermeister

Herzlichen Dank

Herzlichen Dank an alle Eltern der Kindergartenkinder, welche am letzten Samstag die Spielflächen des Außenbereichs mit Hackschnitzel, Sand und Kies erneuert haben.

Anton Keller, 1. Bürgermeister
und Gemeinderat

Wochenmarkt

**Jeden Mittwoch
Parkplatz beim Zehentstadel
von 14.30 Uhr – 15.30 Uhr
Bitte nutzen Sie das Angebot!**



Beginn der
Sommerzeit



In der Nacht auf Sonntag,
30.03.2025 um 02.00 Uhr werden
die Uhrzeiger **eine Stunde** vorgerückt.

KLEINE WEISHEITEN

Setze dir Ziele und glaube an dich.
Kämpfe um das,
was dich weiterbringt.
Akzeptiere das,
was du nicht ändern kannst.
Trenne dich von dem,
was dich runterzieht.

RATHAUS ÖFFNUNGSZEITEN – PLEß

Montag 15.00 Uhr – 17.00 Uhr
Mittwoch 08.30 Uhr – 10.30 Uhr
Freitag (1.u.3. im Monat) 19.30 Uhr – 20.30 Uhr
Bürgermeistersprechstunde

Telefon: 280

Fax: 90 81 10

Internet-Adresse:

www.vg-boos.de

E-Mail:

pless@vg-boos.de

Annahmeschluss für das Mitteilungsblatt

Montag, 17.00 Uhr (mitteilungsblatt@vg-boos.de)

ÖFFNUNGSZEITEN DER VERWALTUNGSGEMEINSCHAFT BOOS

Montag - Freitag 08.00 - 12.00 Uhr
Donnerstagnachmittag: 14.00 - 17.30 Uhr

NOTRUF

Polizei	110
Feuerwehr	112
Rettungsdienst	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116117
Krisendienst Notruf Nr.	0800 / 6553000
Giftnotruf	089-19240

MÜLLABFUHR

Restmüll Montag, **gerade** Kalenderwoche

Biomüll Mittwoch, **14-tägig** (Oktober – Mai)
verantwortlicher Unternehmer:

Fa. Hörger, Tel. 08261 / 732 767

Gelbe Tonne Mittwoch, **16.04.2025**

Altpapier Montag, **07.04.2025**

Öffnungszeiten der Wertstoffhöfe

Wertstoffhof Heimertingen, Talbergstraße

jeden Mittwoch von 15.00 – 18.00 Uhr

jeden Freitag von 14.00 – 17.00 Uhr

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat

für Firmen von 08.00 – 09.00 Uhr

Wertstoffhof Boos, An der Sandgrube

jeden Mittwoch von 17.00 – 18.30 Uhr

jeden Freitag von 14.00 – 17.00 Uhr

jeden Samstag von 09.00 – 11.30 Uhr

AUS DER VERWALTUNGSGEMEINSCHAFT

Hundesteuer

*Die Hundesteuer für das Jahr 2025 wird am
01.04.2025 zur Zahlung fällig*

1. Hund	40,00 €
2. Hund	80,00 €
3. und weiterer Hund	120,00 €

Hunde, welche während des letzten Jahres verendet sind oder an einen anderen Hundehalter abgegeben wurden, sind bei der VGem. Boos abzumelden. Gerne können Sie dies online erledigen.

Soweit der Kasse ein Lastschriftmandat erteilt wurde, wird die Hundesteuer rechtzeitig abgebucht.

Selbstzahler werden gebeten, das Fälligkeitsdatum zu beachten.

Anmeldung von Hunden

Leider muss immer wieder festgestellt werden, dass Hundehalter Ihre Hunde nicht anmelden.

Aus diesem Anlass wird darauf hingewiesen, dass jeder, der einen über vier Monate alten Hund hält, diesen anmelden muss. Über die Homepage der VGem Boos www.vg-boos.de können Sie das bequem von zu Hause aus erledigen.

Neben dem Hundeeigentümer haftet jeder, der einen Hund zur Pflege hält für die Hundesteuer und hat deshalb auch diesen Hund anzumelden.

Bei evtl. Rückfragen steht Ihnen die Sachbearbeiterin der VGem Boos, Frau Angelika Mack - kasse@vg-boos.de gerne zur Verfügung.



Verwaltungsgemeinschaft Boos

Bürgerbüro geschlossen

Das Bürgerbüro der Verwaltungsgemeinschaft Boos (Standesamt, Einwohnermeldeamt, Gewerbeamt etc.) ist am **Dienstag, den 01.04.2025** aufgrund einer internen Fortbildungsveranstaltung geschlossen.

Wir bitten um Beachtung sowie um Verständnis.

gez. Sebastian Plail Geschäftsstellenleiter

BEKANNTMACHUNG

Tagesordnung zur Sitzung
der Gemeinschaftsversammlung
vom 02. April 2025, 18:30 Uhr
im Sitzungssaal

Öffentliche Sitzung

Tagesordnung

TOP 2 Genehmigung der Niederschrift –
öffentlicher Teil - vom 27.11.2024

TOP 3 Örtliche Prüfung der Jahresrechnung
2023 (Feststellung und Entlastung)

TOP 4 Mitteilungen, Wünsche und Anträge

Die Sitzung beginnt mit einem nicht öffentlichen Tagesordnungspunkt, sodass der öffentliche Teil voraussichtlich um 18:50 Uhr beginnt. Im Anschluss an den öffentlichen Teil wird der nicht öffentliche Teil fortgesetzt.

Verwaltungsgemeinschaft Boos

Helmut Erben Gemeinschaftsvorsitzender

Sanierung der nördlichen Ortsdurchfahrt (Ulmer Straße) in Fellheim

Liebe Verkehrsteilnehmer!

Im Hinblick auf das umfangreiche Bauprojekt zur Sanierung der nördlichen Ortsdurchfahrt in der Ulmer Straße teilen wir zur allgemeinen Kenntnisnahme mit, dass ein Baubeginn und die damit verbundene Vollsperrung des Baufeldes erst voraussichtlich ab Juli 2025 erfolgen wird.

Gemeinde Fellheim



VERWALTUNGSGEMEINSCHAFT BOOS

Landkreis Unterallgäu
www.vgem-boos.de

Zur Unterstützung und Entlastung des bisherigen Teams sucht die Verwaltungsgemeinschaft Boos zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

Bautechniker (m/w/d)

alternativ auch

Meister (m/w/d)

Fachrichtung Tiefbau

im Umfang von 30-39 Wochenarbeitsstunden

Die Stelle ist mit **Entgeltgruppe 9b TVöD** bewertet.

Aufgabenschwerpunkte:

- Koordination, Planung und Ausführung gemeindlicher Tiefbaumaßnahmen (Neubau-, Sanierungs- und Umbaumaßnahmen)
- Vergabe von Planungsleistungen, Überwachung von Bauleistungen externer Planungsbüros
- Technische Betreuung und Kontrolle von Baumaßnahmen der Mitgliedsgemeinden
- Vorbereitung und Präsentation in gemeindlichen Gremien
- Allgemeine Verwaltungstätigkeiten im Bereich des Bauamtes

Ihr Profil:

- Erfolgreich abgeschlossene Ausbildung zum staatlich geprüften Bautechniker (m/w/d), Meister (m/w/d) Fachrichtung Tiefbau oder Vergleichbares
- Verhandlungsgeschick, Kommunikations- und Teamfähigkeit
- Selbstständige, verantwortungsbewusste Arbeitsweise sowie sicheres Auftreten
- Bereitschaft zur Teilnahme an Sitzungen außerhalb der regelmäßigen Arbeitszeit
- Fundierte Kenntnisse in der Anwendung der VOB und HOAI und den entsprechenden Rechtsvorschriften sowie Umgang mit MS-Office
- Berufserfahrung in der Bauverwaltung wünschenswert
- Besitz des Führerscheins der Klasse B

Könnten wir Sie für das interessante und abwechslungsreiche Aufgabengebiet begeistern? Dann freuen wir uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung mit den üblichen Unterlagen!

Ihre Bewerbungsunterlagen können Sie postalisch an die Verwaltungsgemeinschaft Boos, Personalamt, Fuggerstraße 3, 87737 Boos oder gerne auch per E-Mail **bis spätestens 31. März 2025** an personalamt@vg-boos.de übersenden. Für weitere Informationen oder bei Rückfragen steht Ihnen Herr Plail (Geschäftsstellenleitung) unter der Tel. Nr. 08335 9829-13 oder Herr Jöchle (Personalamt) unter der Tel. Nr. 08335 9829-15 zur Verfügung.



VERWALTUNGSGEMEINSCHAFT BOOS

Landkreis Unterallgäu
www.vgem-boos.de

Die Verwaltungsgemeinschaft Boos sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Sachbearbeiter/in (m/w/d)

für das Sachgebiet Kasse/Steueramt

Es handelt sich um eine unbefristete Stelle mit einer durchschnittlichen regelmäßigen wöchentlichen Arbeitszeit von **25 Wochenstunden**.

Die Stelle ist mit **Entgeltgruppe 8 TVöD** bewertet.

Aufgabenschwerpunkte:


- Verbuchen von Zahlungseingängen und -abgängen
- Abwicklung des baren und unbaren Zahlungsverkehrs
- SEPA-Abwicklung
- Erstellung von Tagesabschlüssen
- Erstellung der Verbrauchsgebührenabrechnungen
- Erstellung von Statistiken
- Jahresabschlussarbeiten
- Bearbeitung von Grundsteuer-, Gewerbesteuer- sowie Hundesteuerangelegenheiten
- Mahn- und Vollstreckungswesen
- Insolvenzangelegenheiten
- Voraussichtliche Übernahme der stellvertretenden Kassen- sowie Steueramtsleitung ab dem 01.01.2026

Ihr Profil:

- Erfolgreich abgeschlossene Ausbildung zum/zur Verwaltungsfachangestellten oder bestandene Fachprüfung I (oder Bereitschaft diese zu erwerben)
- Sicherer Umgang mit den gängigen Microsoft Office-Anwendungen und wünschenswert im Kasserverwaltungsprogramm CIP.KOM
- Selbstständiges und strukturiertes Arbeiten mit einem hohen Maß an Verantwortungsbewusstsein und Eigeninitiative
- Gutes schriftliches und mündliches Ausdrucksvermögen
- Sicheres Auftreten sowie Team- und Kommunikationsfähigkeit
- Den Aufgaben entsprechende Berufserfahrung und fundierte Kenntnisse im kommunalen Haushalts-, Kassen-, und Rechnungswesen sind von Vorteil

Sie mögen die Arbeit mit Zahlen und freuen sich über einen sicheren Arbeitsplatz? Dann ist das genau der richtige Job für Sie!

Ihre Bewerbungsunterlagen können Sie postalisch **bis spätestens 04. April 2025** an die **Verwaltungsgemeinschaft Boos, Personalamt, Fuggerstraße 3, 87737 Boos** oder per E-Mail an personalamt@vg-boos.de übersenden. Für weitere Informationen steht Ihnen Herr Plail (Geschäftsstellenleitung) unter der Tel. Nr. 08335 9829-13 oder Frau Scharf (Personalamt) unter der Tel. Nr. 08335 9829-36 zur Verfügung.



VERWALTUNGSGEMEINSCHAFT BOOS
Landkreis Unterallgäu

Die Verwaltungsgemeinschaft Boos sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

Sachbearbeiter (m/w/d)
für das Bauamt
-Fachrichtung Straßen- und Wegerecht-

Es handelt sich um eine unbefristete Stelle mit einer durchschnittlichen regelmäßigen wöchentlichen Arbeitszeit von **39 Wochenstunden** (Vollzeit).

Die Stelle ist mit **Entgeltgruppe 8 TVöD** bewertet.

Wir bieten:

- Interessantes und abwechslungsreiches Aufgabengebiet
- Strukturierte Einarbeitung durch erfahrene Kollegen
- Arbeitgeberfinanzierte betriebliche Altersversorgung (Zusatzversorgung)
- Möglichkeit zum Dienstradleasing
- Leistungsgerechte Bezahlung
- Möglichkeit zur Teilnahme an Weiterbildungs- und Qualifizierungsangeboten
- Flexible Arbeitszeiten durch Gleitzeitregelung

Ihr Profil:

- Erfolgreich abgeschlossene Ausbildung zum/zur Verwaltungsfachangestellten oder bestandene Fachprüfung I
- Gute Kenntnis in den üblichen MS-Office-Anwendungen, wünschenswert auch Erfahrung in der EDV-Anwendung RIWA-GIS
- Selbstständiges und strukturiertes Arbeiten
- Gutes schriftliches und mündliches Ausdrucksvermögen
- Sicheres Auftreten sowie Team- und Kommunikationsfähigkeit

Wir konnten Sie für die Stelle in unserem Bauamt begeistern? Dann freuen wir uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung **bis spätestens 31. März 2025**.

Ihre Bewerbungsunterlagen können Sie postalisch an die **Verwaltungsgemeinschaft Boos, Personalamt, Fuggerstraße 3, 87737 Boos** oder per E-Mail an personalamt@vg-boos.de senden. Für weitere Informationen steht Ihnen Herr Plail (Geschäftsstellenleitung) unter der Tel. Nr. 08335 9829-13 oder Frau Scharf (Personalamt) unter der Tel. Nr. 08335 9829-36 zur Verfügung.

Unterallgäu. Soziale Vernetzung, Unterhaltung, kreative Selbstdarstellung: Das erste eigene Smartphone ist für Kinder und angehende Teenager faszinierend und aufregend – und für Eltern oft herausfordernd. Um das erste eigene Smartphone geht es im zweiten Vortrag der Reihe „Rund um die Familie“. Angesprochen sind Eltern und Erziehende von Sechs- bis Zwölfjährigen. Der Vortrag findet online statt, am Dienstag, 08. April, 19.30 bis 21 Uhr.

Melanie Lachmann, Medienpädagogische Referentin am JFF - Institut für Medienpädagogik, geht auf den richtigen Zeitpunkt für ein eigenes Handy ein, erläutert, was Eltern beachten sollten und wie viel Medienzeit okay ist. Außerdem geht es darum, das Kind online zu schützen und ihm bei einer sicheren und verantwortungsvollen Mediennutzung zur Seite zu stehen.

Der Vortrag ist kostenlos. Eine Anmeldung ist aus organisatorischen Gründen notwendig – online unter www.unterallgaeu.de/eltern oder telefonisch unter (08261) 995-0.

Die Vortragsreihe „Rund um die Familie“ wird alljährlich vom Kreisjugendamt, der Schwangerenberatungsstelle am Landratsamt Unterallgäu und KJF Soziale Angebote Allgäu organisiert. In diesem Jahr hat die neu eingerichtete Fachstelle Medienkompetenz am Kreisjugendamt Unterallgäu die Federführung übernommen.

Die weiteren Vorträge der Reihe „Rund um die Familie“:

- Gaming, Swipen, Streamen – Was ist los in der Medienwelt unserer Kinder?: Dienstag, 27. Mai, 19.30 bis 21 Uhr.

Die Fachstelle Medienkompetenz am Kreisjugendamt erreicht man unter Telefon (08261) 995-8207, E-Mail: medienkompetenz@lra.unterallgaeu.de

Landkreis - Gesundheit

Online-Seminar für werdende Mütter

Unterallgäu. Mutterschutz, Mutterschaftsgeld, Familienversicherung, Elternzeit, Elterngeld, Kindergeld - um all diese Themen dreht sich das Online-Seminar „Ich bin schwanger - was kommt jetzt?“. Referentin Ramona Magg und ihr Team der Krankenkasse Barmer, Region Augsburg-Allgäu, informieren dazu am Dienstag, 13. Mai, von 19.30 bis 21 Uhr online über die Software Web-Ex. Veranstalter ist die Schwangerenberatung am Unterallgäuer Gesundheitsamt. Die Teilnahme ist kostenlos, anmelden kann man sich online unter www.unterallgaeu.de/eltern. Anmeldeabschluss ist am Freitag, 9 Mai. Der Link zur Veranstaltung wird den angemeldeten Teilnehmerinnen und Teilnehmern wenige Tage vor der Veranstaltung zugeschickt. Weitere Informationen gibt die Schwangerenberatung unter Telefon (08261) 995-412.



INFO AUS DEM LANDRATSAMT



Landkreis - Kinder, Jugend und Familie

Online-Vortrag: Das erste eigene Smartphone
Der nächste Info-Abend von „Rund um die Familie“ widmet sich Smartphone-Regeln, Medienzeit & Co.

KIRCHLICHE NACHRICHTEN



**PFARREIEN
GEMEINSCHAFT
BOOS**

Sie erreichen uns

Büro-Öffnungszeiten:

Boos: Tel. 08335/3399870

Montag, Mittwoch und Freitag
von 09:00 – 12:00 Uhr

Pleiß: Tel. 08335/1623

Dienstag von 10:00 - 12:00 Uhr

Terminvereinbarung zu anderen Zeiten auch am Nachmittag sind mit vorheriger Absprache möglich.

Nutzen Sie jederzeit unseren Anrufbeantworter unter untenstehender Nummer, das Fax oder E-Mail zur Kontaktaufnahme.

Wir rufen Sie dann zeitnah zurück.

Email: pg.boos@bistum-augsburg.de

Homepage: pg-boos.de

Tel. 08335/3399870

Fax: 08335/33998720

jetzt auch auf Instagram



NOTFALLNUMMER bis 23:00 Uhr: 015201091546
(Todesfall / Krankensalbung)

**Gottesdienstordnung vom
29.03.2025 – 06.04.2025**

Samstag, 29.03.25, Samstag der 3. Fastenwoche

15:30 **P** Rosenkranz

18:30 **B** **Vorabendmesse** - musik. Gestaltung Musikverein Boos
(verstorbene Mitglieder des Musikvereins Boos / Apollonia Kürzinger)

L1: Jos 5, 9a. 10-12; L2: 2Kor 5, 17-21; Ev: Lk 15, 1-3. 11-32

Sonntag, 30.03.25, 4. FASTENSONNTAG (Laetare)

08:30 **R** **Heilige Messe**
(Leopold Pröbstl)

10:15 **F** **Heilige Messe**
Kollekte für unsere Kirche
(Apollonia Stang / Max u. Karl Anton Kurfürst / Maria u. Willi Weirather / Mathias, Veronika u. Karl Weirather / Xaver u. Theresia Negele)

18:30 **H** **Heilige Messe**
Kollekte für Rücklagen
(Josef Knittel (5.Jht) u. Eltern u. Verst. Schmid u. Förg u. Pfeiffer)

Montag, 31.03.25, Montag der 4. Fastenwoche

15:30 **P** Kreuzwegandacht vom kath. Frauenbund

Dienstag, 01.04.25, Dienstag der 4. Fastenwoche

17:45 **F** Rosenkranz und Beichte

18:30 **F** **Heilige Messe**

19:30 **N** PGR Sitzung Niederrieden

Mittwoch, 02.04.25, Hl. Franz von Paola, Einsiedler, Ordensgründer

18:30 **R** **Heilige Messe**

15:00 **H** Rosenkranz zur Göttlichen Barmherzigkeit

18:00 **B** Rosenkranz

18:30 **B** **Heilige Messe**
(Caecilie Mayer u. Ang.)

Donnerstag, 03.04.25, Donnerstag der 4. Fastenwoche

Priesterdonnerstag

08:30 **N** Krankenkommunion N + B + R

08:30 **H** Krankenkommunion Heimertingen

17:30 **P** Aussetzung und Beichte

18:00 **P** Rosenkranz

18:30 **P** **Heilige Messe** (f. d. armen Seelen)

18:00 **H** Kreuzwegandacht

18:30 **H** **Heilige Messe**
(Marianne Obermüller (Jht))

Freitag, 04.04.25, Hl. Isidor, Bischof, Kirchenlehrer

Herz Jesu Freitag

08:30 **P** Krankenkommunion Pleiß u. Fellheim

08:00 **F** Aussetzung und Anbetung bis 18:30 Uhr

17:30 **F** Beichte

18:00 **F** Rosenkranz

18:30 **F** **Heilige Messe**

08:00 **N** Rosenkranz

08:30 **N** **Heilige Messe** (Thomas Riedmaier)

Samstag, 05.04.25, hl. Crescentia Höß, Jungfrau

Kollekte für Misereor (einschließlich Fastenopfer der Kinder für Misereor)

18:00 **P** Rosenkranz und Beichte

18:30 **P** **Vorabendmesse**

18:00 **N** Rosenkranz

18:30 **N** **Vorabendmesse**

(Theresia Ferber (30ig) / Benedikt u. Anna Bächler / Maria Bächler / Heinrich Hummel m. Ang. / in besonderem Anliegen)

15:00 **B** Passionswegwanderung

14:00 **KK** Taufe Emelie Rampf

L1: Jes 43, 16-21; L2: Phil 3, 8-14; Ev: Joh 8, 1-11

Sonntag, 06.04.25, 5. FASTENSONNTAG

Kollekte für Misereor (einschließlich Fastenopfer der Kinder für Misereor)

08:30 **R** **Heilige Messe**

(Josefa (Jht) u. Karl Wucher / Anni Ansorge (Jht) / Ewald Ansorge / Oswald Baumgartner)

10:15 **F** **Heilige Messe**
(Alois Rapp u. Eltern)

10:00 **H** **Pfarrgottesdienst**

(Verst. d. Seniorenverein Heimertingen / Verst. Riedmiller (Schalk) / Katharina u. Hans Heinzelmann / Bernharden Joser / Hermann u. Maria Angel / Dietmar Wohlleb (10 Jht) u. Eltern / Albert Strobl (5.Jht))

08:30 **B** Rosenkranz und Beichte
 09:00 **B** **Heilige Messe**
 (Dr. Wagih u. Oliver Sadek / Alois Urban /
 Joahn u. Magdalena Kohler / Gertrud u. Bruno
 Ollech / Rita u. Ignaz Erhard / Horst-Dieter
 Bürzle / Hans Prestel u. Ang. / Johann u. Hed-
 wig Wachter / Johann u. Martha Wachter / Otti-
 lie Reisch / Reiner Dorn / Marianne u. Manfred
 Hanus / Günter Dietzel / Franz u. Christoph
 Demmeler / Wolfgang Baader u. Ang.)



BITTE BEACHTEN SIE FOLGENDES!

In den nächsten Wochen können nicht alle Heilige Messen stattfinden. Beachten Sie den Kirchenanzeiger!

Neue Öffnungszeiten ab April:

-Nebenbüro Pleß nur noch am 1. Dienstag im Monat

-Hauptbüro Boos erweitert den 2.-4. Dienstag im Monat (außer in den Schulferien oder Feiertagen)

EINLADUNG zur **Mitwirkung an einem Jugendgottesdienst** im Juni in der **PG Boos** mit Eva Sommer und Joana Henninger.
 Wir treffen uns am **Samstag, den 29.03.2025 von 17.00 Uhr bis 19.30 Uhr** mit Jugendpfarrer André Harder im **Pfarrheim in Boos**.



Das ist der Plan für das Treffen:

- gemeinsames Abendessen
- Anspiel schreiben, Lieder raussuchen, ...
- gute Gespräche

Wenn du **mindestens 12 Jahre alt** bist und Lust hast über Jesus und Jugendliche wie dich nachzudenken, komm gerne vorbei!
 Damit wir besser planen können, **melde dich bis Donnerstag, den 27.03.2025** bei Eva (0171 8164038) oder bei Joana (0175 9935514) an.

Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Steinheim
 Boos, Fellheim, Heimertingen, Niederrieden, Pleß

Heimertinger Str. 33, 87700 Steinheim
 Tel. 08331 / 2906 www.kirche-steinheim.de

Wir laden herzlich ein zur

Passionsandacht am Freitag um 19 Uhr in der Steinheimer Kirche und zum

Gottesdienst am Sonntag um 9:30 Uhr in der **Martinskirche in Steinheim mit Lektor Heinrich**

Ihre Kirchengemeinde Steinheim

KINDERGARTEN



KINDERGARTEN „MARIA STERN“

GEMEINDE NIEDERRIEDEN

BUNDESFREIWillIGENDIENST UND FREIWillIGES SoZIALES JAHR

Du weißt noch nicht genau, was Du nach der Schule machen möchtest?

Du brauchst ein Jahr Pause von der Theorie und willst erstmal in der Praxis durchstarten oder möchtest vor Deiner Ausbildung im sozialen Bereich praktische Erfahrungen sammeln?

Dann starte bei uns ab September einen Bundesfreiwilligendienst (BFD) oder dein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ)!



Das bringst du mit:

- Interesse an der Arbeit mit Kindern
- Verantwortungsbewusstsein und Empathie
- Engagement, Zuverlässigkeit und Lust auf neue Erfahrungen
- Freude an der Zusammenarbeit im Team

Darauf kannst du dich freuen:

- Eine Vergütung von rund 780 € netto pro Monat
- Vielseitige, interessante und herausfordernde Tätigkeiten
- Ein professionelles Team, das Dir beratend zur Seite steht

Wir haben Dein Interesse geweckt?

Dann bewirb Dich bis **spätestens 20. April 2025** bei der Verwaltungsgemeinschaft Boos, Personalamt, Fuggerstr. 3, 87737 Boos, gerne auch per E-Mail bei **personalamt@vg-boos.de**

Für Rückfragen stehen Dir Frau Wagner (Kindergartenleitung) unter 08335 9896960 und Herr Jöchle (Personalamt) unter 08335 9829-15 gerne zur Verfügung.

BÜCHEREI

Treffpunkt Bücherei Fellheim

jeden Mittwoch von 16:30 bis 18.00 Uhr zu den Öffnungszeiten sind wir

telefonisch erreichbar unter 08335/9881959
buecherei.fellheim@gmx.de



Das Büchereiteam freut sich auf Euch

VEREINSNACHRICHTEN






Herzliche Einladung

Der Förderverein der Musikkapelle Pless möchte Sie alle recht herzlich zum Nachwuchskonzert der Jungmusikanten der Musikkapelle Pless einladen.

Wann: Sonntag, 30.03.2025, um 13.30 Uhr
Wo: Im Zehentstadel, Pless

An diesem Nachmittag werden Sie die jüngsten Musiker der Musikkapelle Pless mit ihren Klängen erfreuen.

Programm:

-  musikalischer Vortrag des Vororchesters Illertal
-  Vorspiel einzelner Gruppen bzw. einzelner Musikanten
-  gemeinsames Vorspiel der Jungmusiker

Zu den musikalischen Klängen unserer Jüngsten laden wir Sie, so wie es sich für Sonntagnachmittag gehört, zu Kaffee und Kuchen ein.

Der Förderverein der Musikkapelle Pless freut sich auf Ihren zahlreichen Besuch und einen schönen Nachmittag!



**Katholischer Frauenbund
Zweigverein Pleß**

Am Donnerstag, 10.04.2025 binden wir ab 13.30 Uhr im Frauenbuntraum im Rathaus Pleß

Palmbüschele

für den Verkauf am Palmsonntag.

Wir bitten schon heute höflich um Ihre Unterstützung und Mithilfe.

Falls Sie uns Buchs oder anderes Tannengrün zur Verfügung stellen können, melden Sie sich bitte bei Anneliese Rakow (Tel. 1649).

gez. Rose Maria Bechter, Vorsitzende



KDFB - Zweigverein Pleß

Nachmittagsausflug für die ganze Familie

Am Dienstag, 1. April 2025 besuchen wir



Rapunzel Naturkost in Legau, einer der führenden Bio-Hersteller in Europa. Wir freuen uns, auf einen unterhaltsamen und informativen Nachmittagsausflug mit viel Wissenswertem über das Unternehmen und die Rapunzel Welt; um Themen wie biologische Landwirtschaft, Ernährung und Nachhaltigkeit, gepaart mit einer großen Portion Spiel und Spaß für alle. Es besteht auch die Möglichkeit, den Schaukaffee-Röster anzuschauen, ebenso können Interessierte das Museum besuchen.

Im Mitmach-Museum wird der Umgang mit Bio-Lebensmitteln auch den Kindern spielerisch beigebracht. Im Seminarraum können die Teilnehmer/innen die verschiedenen Produkte probieren und genießen.

Zum Kaffeetrinken treffen wir uns im Cafe der Rapunzel Welt. Danach haben Sie freie Zeit zum Einkaufen.

Für die Kleinen ist ein sehr netter Spielplatz vorhanden.

Wir bilden Fahrgemeinschaften.

Ankunft bzw. Beginn des Vortrags ist für 13.30 Uhr geplant.

Interessierte bitten wir um Anmeldung bei Rose Maria Bechter (Tel. 514) oder Karola Bott (Tel. 8462).

Herzliche Einladung!

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

gez. Rose Maria Bechter, Vorsitzende

Liebe Mitglieder und Interessierte, herzliche Einladung zu unserer Jahreshauptversammlung mit Frühstück und anschließendem Vortrag am Samstag, 05.04.2025, um 09.00 Uhr, im Frauenbuntraum – Rathaus Pleß

Tagesordnungspunkte:

1. Begrüßung durch die Vorsitzende
2. Tätigkeitsbericht der Vorsitzenden
3. Bericht der Schriftführerin

4. Kurzberichte aus
 - der Eltern-Kind-Gruppenarbeit
 - dem Liturgie- und Gebetskreis
 - dem Krankenbesuchsdienst
 - dem Frühstückstreff
5. Finanzbericht der Kassenverwalterin
6. Kassenprüfungsbericht und Entlastung der Vorstandschaft
7. Wünsche und Anträge
8. Verschiedenes

Anschließend **V o r t r a g** mit Referentin Monika Riedmüller, Niederrieden, vom KDFB – Verbraucher-Service Bayern zum Thema:

**„Bayerisches Superfood –
Regionales für mehr Power!“**

Hafer, Leinsamen, Kohl und Hülsenfrüchte sind aus der deutschen Küche nicht wegzudenken, so die bekannte Wildkräuter wie Brennesse oder weniger bekannte wie Aronia und Wolfsbeere. Erfahren Sie, welche gesundheitliche Vorzüge uns diese Nahrungsmittel bieten und wie sie in eine moderne Küche passen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

gez. Rose Maria Bechter, Vorsitzende des KDFB-ZV Pleß



GARTENBAUVEREIN

Gerne laden wir alle Mitglieder und Gartenfreunde ein zu unserer

FRÜHJAHRVERSAMMLUNG

**am Freitag, den 28. März 2025 um 19:30
Uhr im Schützenheim Niederrieden**

Nach einem offiziellen Teil mit bebildertem Tätigkeits- und Kassenbericht, Entlastung der Vorstandschaft, Neuwahlen und der Beschlussfassung zur Erhöhung des Mitgliederbeitrags schließt ein Vortrag vom Fachberater für Bienenzucht in Schwaben, Herr **Johann Fischer** an zum Thema

**„Die Honigbiene
und ihre Bedeutung
für uns Menschen“**



Bei Honigbienen denkt man zuerst an Honig. Aber die wichtigste Leistung der Biene ist eigentlich eine andere: die Bestäubung unserer Natur. Auf der Suche nach Nektar und Pollen fliegen Bienen emsig

von Blüte zu Blüte und sorgen ganz nebenbei für deren Bestäubung. Etwa 80 Prozent unserer heimischen Flora ist auf die Bestäubung durch Insekten angewiesen. Mit anderen Worten: ohne Bienen keine Früchte! In Deutschland wird der Wert dieser Bestäubung auf etwa zwei Milliarden Euro geschätzt, was die Biene zum dritt wichtigsten Nutztier nach Schwein und Rind macht. Bedenkt man jedoch, dass ohne Bienen die Erträge in der Landwirtschaft und mittelfristig die gesamte natürliche Artenvielfalt rapide zurückgehen würden, ist ihr Stellenwert sogar weitaus höher einzustufen. (aus www.near-bees.de)

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
und einen informativen Abend!

**Ihr Obst- und
Gartenbauverein
mit Imkerverein e.V.**



Heimertingen - Niederrieden - Fellheim - Pleß

**Freiwillige Feuerwehr
Pleß e. V.**

Schrottsammlung

Liebe Mitbürger und Mitbürgerinnen,
die Freiwillige Feuerwehr Pleß e.V. wird am
Samstag, den **29. März 2025**
eine Schrottsammlung durchführen.

Gesammelt wird:

- ▶ Landwirtschaftlicher Schrott
- ▶ Stahlträger und Schienen
- ▶ Blechschrott, Werkstattschrott
- ▶ Stahlbehälter
- ▶ gereinigte Öltanks und -öfen
- ▶ Herde, Spülmaschinen
- ▶ sämtliche Metallteile
- ▶ LKW – und PKW-Batterien

Kühl- und Gefriergeräte sowie
Computer und Elektronikschrott
dürfen nicht angenommen werden.

*Wir bitten Sie, das Sammelgut
ab 09:00 Uhr am Straßenrand bereitzulegen oder
selber direkt beim Feuerwehrhaus anzuliefern.*

*Für Rückfragen wenden Sie sich bitte an:
Hubert Riedmüller Tel. 988648 oder Kohler Stefan
Tel. 3549836*

Alle Helfer treffen sich um 8³⁰ Uhr am Raiffeisenlagerhaus.

FFW Pleß e.V. Die Vorstandschaft



Wir sagen DANKE

Die „jungen Frauen“ des KDFB Pleß bedanken sich recht herzlich bei

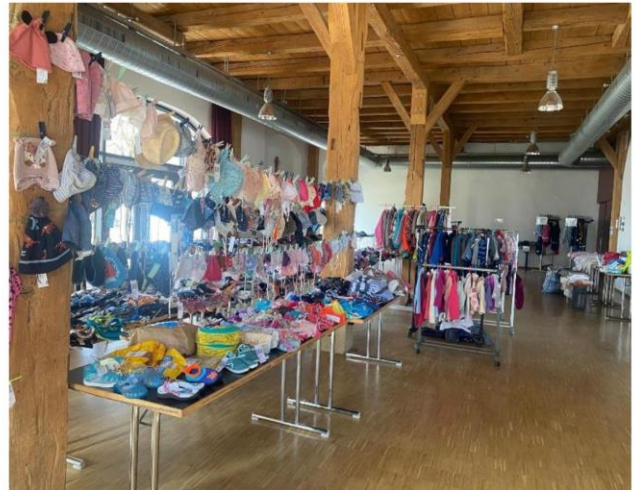
-allen Besuchern des

4. KINDERBASARS,

-allen Frauen, die uns mit ihren Kuchen- und Teigspenden unterstützt haben,

-allen, die uns so tatkräftig beim Auf-und Abbau, beim Verkauf und in sonstiger Weise unterstützt haben!

Danke an alle die dabei waren!



Preisschafkopf
Sa. 12.04.2025 - 19.00 Uhr
Zehentstadel Pleß

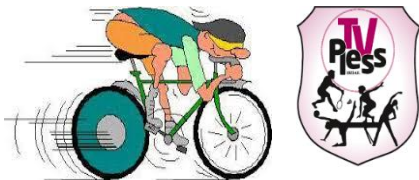


*Preise für Platz 1-5,
Damenpreis,
Schneiderpreis*

*Startgebühr:
10 Euro*

Sei dabei beim 2. Preisschafkopfturnier des Veteranen- und Soldatenvereins Pleß!
Die Plätze sind begrenzt.
Anmeldung bis 07.04.2025 möglich unter
m-bechter@gmx.de oder mihael.kohler@web.de
bzw. telefonisch unter 0171/6302888 oder 0170/7323309
Für das leibliche Wohl ist gesorgt!
Wir freuen uns auf Euch!

TV Pleß 1921 e.V. informiert



Hallo Radlfreunde

wir radeln wieder ab Montag 31.03.2025 Neuzugänge sind herzlich willkommen. Die Feierabend Radtouren dauern ca, 1,5 – 2 h (30 – 40 km)

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein verkehrssicheres Fahrrad sowie das Einhalten der Straßenverkehrsordnung.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Wir fahren überwiegend auf Nebenstraßen.

Immer montags um 18:00 Uhr beim Zehentstadel Parkplatz.

Ab Mitte Mai starten wir dann um 18:30 Uhr.

Eine Tagestour an einem Sommerwochenende ist ebenfalls nach Absprache wieder geplant.

Nähere Informationen bei
Reinhard Flock (Tourenleitung)
08335/9241
0151 43815432
flock.reinhard@web.de



ASV Fellheim Abtl.Fussball

Ergebnisse vom Wochenende

SGM 1-SV Oberegg 1-2

Tor: A. Notz

SGM 2-FSV Dirlewang 1 1-1

Tor: M. Häfele

SGM 3 – FSV Dirlewang 2 1-1

Tor: S. Münsch

Vorschau

Sonntag 30.03.2025

SG Sontheim/Westerheim 2 – SGM 2 13:00

Uhr in Sontheim

SG Sontheim/Westerheim 1-SGM 1

15:00 Uhr in Sontheim

SGM 2 – Eggenthal 1

15:00 Uhr in Boos

Änderungen vorbehalten, Neueste Informationen unter
www.bfv.de / www.fupa.net / www.asvfellheim-fussball.de!
gez. G.Seiter

Spielberichte SG Boos/ Fellheim

SG Boos/ Fellheim III – FSV Dirlewang II 1:1

Die dritte Mannschaft startete am Sonntag in die Rückrunde und begrüßte die Gäste aus Dirlewang in Boos. Die Gäste fanden zunächst besser in die Partie und kontrollierten das Spielgeschehen, gefährliche Torchancen ließ man aber nur selten zu. Nach einer guten halben Stunde ging dann der Gast nicht unverdient in Führung, mit diesem knappen Rückstand ging es dann auch in die Pause. In der zweiten Hälfte sahen die Zuschauer weiterhin ein intensives Spiel, das eher im Mittelfeld stattfand. Quasi mit dem Schlusspfiff traf Sebastian Münsch dann noch zum 1:1 Ausgleich. Wenig später wurde die Partie dann vom Schiedsrichter abgepfiffen und man teilte sich die Punkte.

SG Boos/ Fellheim II – FSV Dirlewang I 1:1

Die zweite Mannschaft startete ebenfalls gegen Dirlewang in die Reistrunde. Gegen den Tabellenführer, der bisher noch keine Punkte abgegeben hat, war man von Anfang an voll im Spiel und bot Paroli. Die Partie spielte sich hauptsächlich im Mittelfeld ab und war geprägt von vielen Zweikämpfen. Die besten Gelegenheiten hatten wir bei Standardsituationen, jedoch verpasste man immer wieder knapp die Flanken. Somit ging es torlos in die Kabinen. Früh im zweiten Durchgang

konnte dann Moritz Häfele mit einem satten Schuss unser Team in Führung bringen. Von nun an stämmten sich die Gäste mit vollem Einsatz gegen die drohende Niederlage, allerdings verteidigten wir kompakt als Mannschaft und ließen kaum Gelegenheiten zu. Nach einer fragwürdigen Einwurfsentscheidung nutzte der Spitzenreiter unsere kurze Unordnung und erzielte den Ausgleich etwa 15 Minuten vor dem Ende. Im weiteren Spielverlauf wollten beide Teams noch den Sieg, gefährlicher konnten aber wir werden vor dem gegnerischen Tor. Erfolgreich war aber keine Mannschaft mehr und man teilte sich, wie im Vorspiel, die Punkte.

SG Boos/ Fellheim I – SV Oberegg 1:2

Bereits am Samstag war die erste Mannschaft im Einsatz und empfing den Zweiten aus Oberegg. In den ersten Minuten war man noch gut im Spiel,

dies änderte sich allerdings mit dem frühen Gegentreffer. Von dort weg waren die Gäste die aktivere und etwas überlegene Mannschaft. Im weiteren Spielverlauf, der nicht von spielerischen Highlights geprägt war, konnte der Gast nach einem schönen Konter noch vor der Halbzeit auf 2:0 erhöhen. Im zweiten Durchgang zeigte sich ein ähnliches Bild, das Team aus Oberegg war weiter leicht überlegen. Da die Gäste ihre Chancen zur Vorentscheidung nicht nutzen konnten, wurde es durch den Anschlusstreffer von Andreas Notz wenige Minuten vor Schluss nochmal spannend, der Ausgleich fiel aber nicht mehr. So musste man, nicht unverdienterweise, die Niederlage hinnehmen.

Für die Fußballabteilung,
Dennis Köttel

AUSWÄRTIGE VERANSTALTUNGEN



TAG DER OFFENEN TÜR

BALLETT - JAZZDANCE - MODERNDANCE
LINE DANCE - TANZ FÜR ERWACHSENE

am **30.03.2025**

Hauptstraße 14 in Niederrieden
09:30 bis 17:00 Uhr

@dance_fcniiederrieden

Programm:

- Besichtigung der Räume
- Trainingsstunden-Vorführung (10 bis 16.30 Uhr) + Mitmachkurs-Linedance (11.30)
- Ballett Verlosung
- Kaffee und Kuchen
- Getränke und Häppchen

Programm:

Uhrzeit	Gruppe/Tanzstil	Trainingszeiten
10:00Uhr	Ballett 3-5 Jahre	Do 15:15Uhr
10:30Uhr	Ballett Fortgeschrittene ab 17 Jahre	Mi 18:00Uhr
11:00Uhr	Jazzdance Fortg. 14 - 17 Jahre	Do 16:45Uhr
11:30Uhr	Tanzen/Linedance 50+ MITMACHKURS	Do 19:45Uhr
12:00Uhr	Ballett Kinder 10-12 Jahre	Mi 15:30Uhr
12:30Uhr	Jazzdance Fortg. ab17 Jahre	Mi.18:00Uhr
13:00Uhr	Ballett 5-8 Jahre	Mi 14:00Uhr
13:30Uhr	Ballett Fortg. 14 -17 Jahre	Do 16:45Uhr
14:00Uhr	Ballett 5-8 Jahre	Do 16:00Uhr
14:30Uhr	Ballett / Jazzdance 12-14 Jahre	Mi 17:00Uhr
15:00Uhr	Tanz für Erwachsene	Do 17:45 und 18:45Uhr
15:30Uhr	Ballett 9 -10 Jahre	Mi 14:45Uhr
16:00Uhr	Ballett 7- 9 Jahre	Mi 16:15Uhr
16:30Uhr	Moderndance ab 17 Jahre	Mi 18:00Uhr

Seniorenbetreuung Niederrieden



**Einladung
zum
Volksliedersingen**

Am Donnerstag, den **03. April 2025**
ab 13:30 Uhr findet im Pfarrstadel
in Niederrieden unser Volksliedersingen
mit Kaffee und Kuchen statt.

Frau Ingrid Hummel begleitet die
Lieder mit Ihrer Gitarre und
moderiert den Nachmittag.



Dazu sind Alt und Jung ganz herzlich
eingeladen und wir freuen uns auf
viele sangesfreudige Teilnehmer.

Euer Team Seniorenbetreuung

**Schützenverein Boos sucht Bewirtung
für das Schützenheim**

Der Schützenverein Hubertus Boos 1884 e.V.
sucht ab dem **01.09.2025** eine oder zwei Personen
zur **Bewirtung des Schützenheims im Nebenverdienst.**

Eckdaten zur Bewirtung:

- 📌 **Vereinsgröße:** ca. 200 Mitglieder
- 📌 **Sitzplätze:** 60 (Normalbestuhlung), erweiterbar auf 120
- 📌 **Vertragspartner:** 1–2 Personen
- 📌 **Aufgabenbereich:**
 - ✓ Bewirtung bei Vereinsfesten (teils mit öffentlichem Charakter)
 - ✓ Bewirtung überörtlicher Meisterschaftswettbewerbe im Vereinsheim (mit überwiegend sportlichem Charakter)
 - ✓ Optionale Bewirtung der Trainingsabende (nach Absprache)
 - ✓ Möglichkeit zur Ausrichtung privater Veranstaltungen, sofern diese den Vereinsablauf nicht beeinträchtigen

Wir suchen engagierte und zuverlässige Personen, die Freude an der Gastronomie und am Vereinsleben haben. Erfahrung in der Bewirtung ist von Vorteil, aber nicht zwingend erforderlich.

Interesse? Dann freuen wir uns auf Ihre Kontaktaufnahme!

✉ Matthias Demmeler, Buchenweg 4,
87737 Boos

☎ 08335 9884588



Die Theatergruppe Erolzheim lädt Sie herzlich ein
zur unterhaltsamen und spannenden Vorstellung
von

„Koi Leiche ohne Lilly“,

der schwäbischen Version der englischen Kriminalkomödie *Busybody* von Jack Popplewell in der Bearbeitung von Monika Hirschle.

Regie führt Ute Bodenmüller.

Aufführungen:

Ostermontag, 21. April 2025, 19.30 Uhr

Freitag, 25. April 2025, 19.30 Uhr

Samstag, 26. April 2025, 19.30 Uhr

Sonntag, 27. April 2025, 15.30 Uhr

Einlass ist jeweils eine Stunde vor Vorstellungsbeginn. Für Ihr leibliches Wohl wird bestens gesorgt sein, sonntags mit Kaffee und Kuchen.

Karten gibt es ab 20.03.2025 14.30 Uhr im Bürgerbüro (Rathaus Erolzheim):

Eintritt 13 € (Abendkasse 15 €)

Reservierungen im Rathaus per Telefon (Tel. 07354-931860) oder per Mail (poststelle@erolzheim.de) mit rechtzeitiger Überweisung sind möglich. Die Theatergruppe Erolzheim freut sich auf Ihren Besuch.

Musikkapelle Heimertingen e.V.

Herzliche Einladung

zum Frühjahrskonzert

am **Samstag, 5. April 2025**
um **20:00 Uhr**
in der
Turnhalle Heimertingen

Unser Dirigent Stefan Mayer hat ein abwechslungsreiches und anspruchsvolles Programm mit uns einstudiert, bei dem sicher für jeden Geschmack etwas dabei ist.

Dieses Mal spielen wir für Sie unter anderem "Erinnerung an Zirkus Renz", das wohl bekannteste Solo für Xylophon, Filmmusik aus „Forrest Gump“ und das mitreißende "Lord Tullamore".

Eröffnet wird das Konzert durch die Illertaler Juka unter der Leitung von Max Göser.

Wir freuen uns auf Euer Kommen!

*Die Musikerinnen und Musiker der
Musikkapelle Heimertingen e.V.*

Der Eintritt ist frei.

ANZEIGEN

Elektro-Shop Treutler Haushaltsgroßgeräte

Waschmaschine od. Wäschetrockner ab 259,- €
Spülmaschine ab 299,- €
Kühl- oder /Gefriergerät ab 139,- €
Standherd ab 249,- €
Einbau-Herdset ab 299,- €
Kostenlose Lieferung (bis ca. 20km) - solange Vorrat reicht

**89281 Altenstadt, Riedweg 12,
Tel.: 08337-295 Mi. u. Fr. 14-18Uhr**

AKTION für VERKÄUFER und VERMIETER!

Wir vermarkten Ihre Immobilie!
Prov. für Verkäufer 2,38 % inkl. ges. MwSt.
Prov. für Vermieter 1 Kaltmiete zzgl. ges. MwSt.
aus dem erzielten Kauf bzw. Mietpreis.

GVS Immobilien, Ulmer Str. 21, Memmingen
Tel. 08331-8339827 / Mob. 0176-2314 7771
info@gvs-immobilien.com / gvs-immobilien.com



AMBULANTE PFLEGE im Iller & Rothtal

- Grund- und Behandlungspflege
- Verhinderungspflege • Hausnotruf
- Pflegekurse für Angehörige
- Hilfe bei Formalitäten
- Hauswirtschaftliche Entlastungsleistungen
- Beratungseinsätze nach § 37

Pflegedienst
LICHTBLICK
... immer in Ihrer Nähe!

Griesweg 30 · 88457 Kirchdorf · Tel 07354 9377000
pflege-lichtblick.de · kirchdorf@pflege-lichtblick.de

KonTiki - Verwaiste Eltern Biberach | Riedlingen | Sigmaringen

„Spuren“ Konzert mit Clemens Bittlinger

Am Donnerstag, den **3. April 2025, 20 Uhr**, lädt die Selbsthilfegruppe „KonTiki“ für verwaiste Eltern in Biberach, Riedlingen und Sigmaringen im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Mitten aus dem Leben“ zu einem Konzert mit Clemens Bittlinger in die Kirche Zur Heiligsten Dreifaltigkeit, Mittelbergstraße 31, in Biberach ein.

Clemens Bittlinger ist Pfarrer und Liedermacher und gehört als Ausnahmeinterpret zu den erfolgreichsten Vertretern seines Genres. Mit seinem aktuellen Konzertprogramm „Spuren“ möchte er den vielen Möglichkeiten nachspüren mitten in einer Welt voll Trauer und Leid, die hoffnungsvollen Spuren zu entdecken und ihnen nachzugehen. Der Sänger und Texter stellt sich mal nachdenklich, mal provokant, immer aber auch mit einem Augenzwinkern, den drängenden Fragen unserer Zeit.

Bei seinem Konzert wird er von Funk und Fernsehen bekannte Alleskönner die Songs seines Albums in unterschiedlichen Besetzungen live präsentieren, dass dabei das gemeinsame Singen und auch eine kräftige Brise Humor nicht zu kurz kommen, dafür steht der Name „Bittlinger“ und seine "Spielkameraden" David Plüss (Piano) und David Kandert (Percussion).

**SCHENKE LEBEN,
SPENDE BLUT.**

**SPENDE
BLUT** 

BEIM ROTEN KREUZ

www.DRK.de 0800 11 949 11



Sommerzeit

Kürzeste Nacht des Jahres steht bevor

In der Nacht auf Sonntag, den 30. März, ist es wieder so weit: Um zwei Uhr werden die Uhren eine Stunde vorgestellt und die Sommerzeit beginnt. Zweimal im Jahr wird an der Uhr gedreht. Während wir bei der Umstellung auf die Winterzeit eine Stunde länger schlafen dürfen, wird bei der Sommerzeit die Nacht um eine Stunde kürzer. „Das kann so manchen Biorhythmus ziemlich durcheinanderbringen“, so Klaus Schöllhorn von der AOK Direktion Memmingen-Unterallgäu. Eine verlorene Stunde kann den Körper nachhaltig beeinträchtigen. So kann der Wechsel zur Sommerzeit eher gesundheitliche Probleme verursachen, während die meisten Menschen die Umstellung auf Winterzeit besser verkraften.

Innere Uhr aus dem Takt

Der biologische Rhythmus des Menschen, die innere Uhr, passt sich an den Wechsel von Tag und Nacht an und wird besonders vom Tageslicht beeinflusst. Die innere Uhr steuert viele Stoffwechselprozesse und Körperfunktionen. Sie sorgt beispielsweise dafür, dass bei Dunkelheit das Hormon Melatonin ausgeschüttet wird, das müde macht. Bei Tageslicht hingegen produziert der Körper mehr aktivierende Hormone. Wird die Zeit Ende März umgestellt, ist es für viele Menschen danach beim Aufstehen wieder dunkel. „Die äußere Uhr läuft unvermittelt anders als die innere und das kann zu Schlafstörungen, Müdigkeit, Stimmungsschwankungen, Konzentrationsschwäche oder Appetitlosigkeit führen“, so Klaus Schöllhorn. Wie schnell sich der Körper an den neuen Rhythmus gewöhnt, ist individuell unterschiedlich. Manche Menschen merken die Zeitumstellung kaum oder haben sich nach zwei bis drei Tagen darauf eingestellt. Bei anderen wiederum kann es auch länger dauern, in aller Regel verschwinden die Beschwerden nach zwei Wochen.

Fit in die Sommerzeit starten

Damit sich die innere Uhr leichter einpendelt, ist es sinnvoll, einige Tage vor der Zeitumstellung immer etwas früher ins Bett zu gehen. Eine Viertelstunde pro Tag ist bereits ausreichend. Einen Mittagsschlaf sollte man in den ersten Tagen nach der Umstellung vermeiden, sich abends möglichst früh hinlegen und morgens zeitig aufstehen. „Das erleichtert abends das Ein- und Durchschlafen“, so Schöllhorn. Viel Zeit an der frischen Luft und am Tageslicht gewöhnt die innere Uhr ebenfalls an den neuen Tagesrhythmus. Ratsam ist, auf umfangreiche, schwere Mahlzeiten vor dem Zubettgehen genauso zu verzichten wie auf aufputschende Getränke wie Kaffee und Tee. Bei Schlafstörungen können Fußbäder, heiße Vollbäder oder autogenes Training helfen. „Und wer es sich erlauben kann, sollte am Tag nach der Zeitverschiebung einfach etwas länger im Bett bleiben und die Woche ruhig beginnen“, empfiehlt Klaus Schöllhorn.

Bild:

Bildunterschrift:



Zeitumstellung. Die einen merken sie kaum, für andere sind Müdigkeit und Erschöpfung vorprogrammiert.

Urhebervermerk:

© PantherMedia / Antonio Guillen Ferná

Selbsthilfegruppe Lichtblicke Thema Augen

Der Blinden- und Sehbehindertenberater Walter Baur bietet eine Beratung zu allen Fragen rund um Augenerkrankungen, Sehbehinderungen und Blindheit an. Das Angebot richtet sich an die Betroffenen ebenso wie an ihre Angehörigen. Dabei geht es beispielsweise um die Vermittlung und Erprobung von vergrößerten Sehhilfen, Vorlesesystemen oder Informationen zum Schwerbehindertenverfahren und Blindengeld sowie um Themen wie Orientierung und Mobilität oder Behinderungsbewältigung. Auch das Thema Smartphones für Seheingeschränkte kann besprochen werden.

Die Beratung kann bei mir zuhause erfolgen. Falls Sie vergrößerte Sehhilfen anschauen und ausprobieren wollen, kann ich eine Vorführung anbieten. Ich bin qualifizierter Blinden- und Sehbehindertenberater für den Landkreis Unterallgäu und Memmingen, arbeite ehrenamtlich und bin selbst blind (gesetzlich blind).

Melden Sie sich auch wenn die Sehbehinderung erst im Anfangsstadium ist. Geben Sie diese Information auch an andere Betroffene weiter, die diese Anzeige selbst nicht lesen können.

Walter Baur, Heimertingen

Tel. 08335-297205;

Mail: lichtblicke.augen@gmail.com

DKMS
WIR BESIEGEN BLUTKREBS

WILLST DU EIN HELD SEIN?

Echte Helden tragen keinen Umhang - sie retten Leben!
Registrier' dich jetzt als Stammzellspender, denn noch immer findet jeder 10. Blütkrebspatient in Deutschland keinen geeigneten Spender.
Hand auf: Stäbchen rein, Spender sein.

Registrier' Dich jetzt auf dkms.de

Veranstaltungskalender der Verwaltungsgemeinschaft Boos April 2025

Boos

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Veranstalter	Veranstaltungsort
01. April	09+10:00	„Fit durch Tanz im Sitzen“		DGH Boos
03. April	11:15	Seniorentisch	Seniorenteam	Pfarrheim Boos
04, 05, 11,12 April	20:00	Theater	Theaterverein Boos	DGH Boos
10. April	13:45	Spielenachmittag für Senioren	Seniorenkreis	Pfarrheim Boos
11. April	18:30	Bußandacht	Pfarrg. Boos-Reichau	Kirche Boos
13. April	09:00	Palmsontag mit Palmboschenverkauf		Kirche Boos
15. April	09+10:00	„Fit durch Tanz im Sitzen“		DGH Boos
20. April	09:00	Ostersonntag		Kirche Boos
24. April	13:45	Spielenachmittag für Senioren	Seniorenkreis	Pfarrheim Boos
25. April	20:00	Muddelturnier Boos	Schützenv. Boos	Schützenheim Boos
26. April	20:00	Generalvers. Schützenverein Reichau mit Neuwahlen	Schützenv. Reichau	Alte Schule Reichau
27. April		Erstkommunion Boos	Pfarrei Boos	Kirche Boos
29. April	09+10:00	„Fit durch Tanz im Sitzen“		DGH Boos
30. April	19:00	Maibaumfeier Reichau	Feuerwehrv. Reichau	Dorfplatz Reichau

Fellheim

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Veranstalter	Veranstaltungsort
01. April	10:00	Seniorentreff	Senioren	Bäckerei Standhartinger
05. April	20:00	Jahreshauptversammlung		
08. April	10:00	Seniorentreff	Senioren	Bäckerei Standhartinger
10. April	15:30	Gottesdienst für Senioren der ganzen Gemeinde	Pfarreiengemeins.	Kirche Fellheim
11. April	18:00	Ostereierschießen	Schützenverein	Schützenheim
13. April	19:15	Palmsont. m. Palmbosch. weihen	Pfarreiengemeins.	Kirche Fellheim
13. April	11:15	Palmbüschelverkauf n. d. Messe	Pfarreiengemeins.	vor der Kirche Fellheim
13. April	19:00	Kreuzwegandacht	Frauenbund	Herz-Jesu Kirche
15. April	10:00	Seniorentreff	Senioren	Bäckerei Standhartinger
22. April	10:00	Seniorentreff	Senioren	Bäckerei Standhartinger
25. April - 04. Mai		Dorfmeisterschaft	SKC 78 Fellheim	
26. April	14:00	Jahreshauptversammlung	TC Fellheim	Tennisheim
29. April	10:00	Seniorentreff	Senioren	Bäckerei Standhartinger
30. April	19:00	Maifest	FFW Fellheim	am Feuerwehrhaus

Heimertingen

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Veranstalter	Veranstaltungsort
04. April	14:00	Aufbau Konzert	Musikkapelle	Turnhalle
05. April	20:00	Frühjahrskonzert	Musikkapelle	Turnhalle
08. April	14:00	Seniorenachmittag	Seniorenverein	Gemeinschaftsraum
08. April	20:00	Tischtennis FCH 3	FCH	Turnhalle
10. April	09:30	Osterfrühstück	KDFB	Frauenbundraum
11-12. April	13:00	Haussammlung	FFW	in Heimertingen
11. April	18:00	Step - Event	FCH	Turnhalle
12. April	19:00	Players Night	FCH	Sportgelände
17. April	20:00	Bockbierfest	FCH	Sportheim
19. April	06:00	Frühschicht	KLJB	Pfarrkirche
27. April	10:00	Erstkommunion	Pfarrgemeinde	Pfarrkirche
29. April	17:00	Aufbau Maifest	Musikkapelle	Turnhalle
30. April	18:30	Maibaumfeier	FFW / Theater / Gesa.	Vorplatz Feuerwehrhaus
30. April	19:00	Maifest	Musikkapelle	Turnhalle

Niederrieden

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Veranstalter	Veranstaltungsort
01. April	14:30	Sitztanzen	Senioren	Pfarrstadel
03. April	13:30	Volksliedersingen	Seniorenbetreuung	Pfarrstadel
04. April	09:00	Frauenfrühjahrs-Frühstück mit Jahreshauptversammlung	Frauenbund	Frauenbundraum
04. April	16:00	Nacht der Bibliotheken	Bücherei	Bücherei
11. April	20:00	Preisverteilung u. Königskrönung	Schützenverein	Schützenheim
15. April	14:30	Sitztanzen	Senioren	Pfarrstadel
17. April	13:30	Seniorenachmittag	Seniorenbetreuung	Pfarrstadel
26. April	15:00	Maibaum	Vereinsring	Pfarrstadel
26. April	18:30	Patrozinium St. Georg	Pfarrgemeinde	Kirche
27. April		Blumen Corso	Partnerschaftsverein	Châteauneuf sur Isère
29. April	14:30	Sitztanzen	Senioren	Pfarrstadel

Pleiß

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Veranstalter	Veranstaltungsort
05. April	09:00	Frauenfrühstück mit Jahreshauptv. u. Vortrag mit Frau M. Riedmüller Thema: „Bayerisches Superfood- Regionales Für mehr Power“	Kath. Frauenbund	Frauenbundr./Gemeins.
05. April	20:00	Kameradschaftsabend	Musikkapelle	Zehentstadel
07. April	14:00	Seniorentreff	Seniorenbeauftragte	Frauenbundr./Gemeins.
10. April		Palmbüschel binden	Kath. Frauenbund	Frauenbundr./Gemeins.
12. April	19:00	Schafkopfturnier	Veteranen u. Soldat.	Zehentstadel
12. April	20:00	Preisverteilung Pokalschießen	Schützengesellschaft	Schützen. Oberopfingen
13. April		Palmbüschelverkauf	Kath. Frauenbund	Pfarrkirche Pleiß
18. April	11:00	Räucherfisch	Fischerv. „Waller“	Auwaldweiher