

## Vereine und Organisationen

### TSV Ettlingen

#### Große TSV Herbst-Challenge

Liebe TSV-Mitglieder, noch bis 30.11. könnt ihr an der großen TSV Herbst-Challenge teilnehmen.

Die Challenge ist für alle Mitglieder, ob groß, ob klein - lasst uns die coronabedingte Zwangspause nutzen, um ein wenig Fitness in unseren Alltag zu bringen.

Dieses Mal gibt es einige Neuerungen, wie die Buddy-Challenge, eine App zum Tracken der Sporteinheit, TSV-eigene YouTube-Streams mit Markus Kubutat sowie einige Tipps und Hinweise zum Sporteln.

Macht weiter mit oder startet jetzt, es ist noch nicht zu spät.

Wir wünschen viel Spaß und Freude!!

Alle Infos zu den Spielregeln findet ihr unter [www.tsv-ettlingen.de](http://www.tsv-ettlingen.de).

#### Anerkennen

Ab Ende November und dann vor allem zur Advents- und Weihnachtszeit sind die Menschen besonders motiviert, an die Nächsten zu denken. Am Volkstrauertag wird an die Kriegstoten erinnert, der Totensonntag ist Trauer- und Gedenktag für die Toten. Wenn auch wegen den Corona-Einschränkungen diesmal von einem Rundgang über den Friedhof Abstand genommen werden muss, werden die Vorsitzenden doch Erinnerungsgestecke am Gedenkstein auf dem Hellberg, dem hiesigen Friedhof und für die auswärts Begrabenen, außerhalb niedergelegen. Dass beim TSV niemand vergessen ist und wird, scheinen auch die trotz der Sportsperre dazu gekommenen 47 Neumitglieder verstanden haben: das soziale Miteinander ist ganz wichtig.

Im Dezember machen viele einen Steuer-Check. Egal ob Privat oder im Unternehmen: Wurden vor dem Jahresschluss alle Möglichkeiten genutzt? Denn am 32. Dezember ist es zu spät! Doch weshalb dieser Hinweis? Es ist kein Geheimnis, dass auch der TSV trotz 250 zahlenden Förderern nicht von den Beiträgen und Leistungen seiner Mitglieder bzw. der Eltern der nahezu 400 Kinder und Jugendlichen allein leben kann. Durch die dieses Jahr weggebrochenen Erlöse mangels Sportbegegnungen und Veranstaltungen, musste nicht nur der Gürtel enger geschnallt werden, es konnte auch nur auf den verordneten Sportstillstand reagiert werden. Antworten, wie der Zukunft begegnet werden kann, gibt es leider keine. Da hilft jede noch so geringe Spende! Mit nachvollziehbarem und realistischem Ziel gelingt anerkennen und helfen wollen. Ganz egal, ob es um das gute Gefühl oder das Aufpolieren des Firmenimage geht. Und ganz sicher ist: Hier verschwindet kein Cent für aufwendige Werbekampagnen und Verwaltungskosten. Beim TSV geht es um den Erhalt der lebenslangen Sportkette vom Kleinkind bis zu den Senioren.

#### Jahresversammlung beendet

Die erstmals im Umlaufverfahren durchgeführte Vertreterversammlung ist gelungen. Bis 24 Uhr, an dem auf den 15. November festgelegten Wahltag, konnten die nominierten Delegierten der Abteilungen und die Vorstandsmitglieder ihre Stimme abgeben. Die nach dem Gesetz zur Abmilderung von Corona-Folgen verlangte Beteiligung von mindestens 50 Prozent wurde weit übertroffen. Der Vorstand muss nun das Ergebnis der Abstimmungen noch formell feststellen.

#### MGV Sängerkranz Ettlingen Spinnerei 1851 e.V.

#### Gesteckniederlegung am Totensonntag

Der jedes Jahr am Totensonntag gemeinsam mit unseren Sportkameraden stattfindende Besuch der Grabstätten unserer verstorbenen Sänger- und Sportkameraden können wir am Totensonntag wegen den geltenden Hygiene-richtlinien nicht gemeinsam durchführen.

Der 1. Vorsitzende des MGV Sängerkranz wird am Freitag, 20.11. an der letzten Ruhestätte unseres Verstorbenen Sänger- und Sportkameraden Karl-Heinz Lellek und am Grab unseres verstorbenen Sportkameraden Herrman Bitsch von seinen AH-Kameraden ein Gesteck niederlegen. Weiterhin werden wir auch an der Letzten Ruhestätte unsers Ehrenmitgliedes Paul Lauinger und am Gedenkstein auf dem St. Augustinusheimes ein Gesteck niederlegen. Jeder Sänger- oder Sportkamerad kann selbstverständlich im Rahmen der Hygienevorschriften den Verstorbenen auf dem Friedhof gedenken.

#### Deutscher Alpenverein Sektion Ettlingen e.V.

#### Aus der Geschäftsstelle

Unsere Helfer\*innen in der Geschäftsstelle bereiten den **Beitragseinzug** am 8. Dezember und den Ausweisversand im neuen Jahr vor. Sie bitten deshalb, Adressänderungen und Änderungen der Bankverbindung unter [info@dav-ettlingen.de](mailto:info@dav-ettlingen.de) mitzuteilen.

#### Vorschau:

Im nächsten Amtsblatt berichtet unser Ausbildungsreferent Volkmar Triebel über die Ausbildungsmöglichkeiten beim DAV.

#### ADFC Gruppe Ettlingen

#### Fahrradhelme retten Leben

Sie sei ja eigentlich ein Helm-Muffel, sagt Monika Liem vom ADFC Ettlingen über sich. Aber den Schutz trägt sie trotzdem. Vor allem, seit ein Bekannter von ihr sich bei einem Fahrradunfall schwer verletzt hatte. „Der war gestürzt und hatte sich eine schwere Gehirnerschütterung zugezogen“, berichtet Monika. Innerlich erschauert sie immer noch, wenn sie daran denkt. Der Freund hatte Glück, dass er einen Fahrradhelm trug. „Da waren wir uns alle einig: Wenn er den nicht aufgehört hätte, wäre er jetzt wahrscheinlich tot.“

**Fahrradhelme retten Leben - so sieht das auch der ADFC Ettlingen, und rät deshalb nachdrücklich dazu, stets mit dem Schutz zu fahren.** Beim Kauf kann man gar nicht so viel falsch machen. In Deutschland dürfen nur Helme gehandelt werden, die die Prüfnorm EN 1078 erfüllen, bestimmte Mindestbelastungen aushalten und damit stets für Sicherheit sorgen. Für Kinderhelme ist die Norm EN 1080 verpflichtend. Sie schreibt zusätzlich vor, dass der Kinnriemen bei einer bestimmten Belastung reißt, um das Strangulieren beim Spielen zu verhindern. Mit dem CE-Zeichen garantiert der Hersteller, dass alle gesetzlichen Vorschriften eingehalten werden.

**Unterschiede gibt es im Detail.** Den besten Komfort bieten Trekking-Helme, die sich viele Stunden lang bequem tragen lassen. Bei ihnen sowie bei den modischen City-Helmen sind seit einigen Jahren die Schläfenpartien weiter nach unten gezogen - das gewährt besseren Schutz auch bei Stürzen auf die Seite. Besonders ausgeprägt ist dieser Schläfenschutz bei Mountainbike-Helmen, die auch weiter in den Nacken reichen. Wer es kühler mag, greift zu einem Rennrad-Helm, der leichter und speziell für die gebückte Haltung auf dem Rennrad konstruiert ist. Durch seine weiten Öffnungen gewährleistet er reichlich Frischluftzufuhr.

**Vorteilhaft sind in jedem Fall eingearbeitete Reflektoren.** Damit wird man von Autofahrern bei Dunkelheit schneller erkannt. Noch besser sieht man Helme mit eingebautem Rücklicht. Es ersetzt allerdings keinesfalls die Fahrradbeleuchtung. Weitere Ausstattungsmerkmale, auf die man je nach Bedarf achten kann, sind ein Visier, integrierter Regenschutz oder eine Befestigungsmöglichkeit für eine Action-Cam. Für langhaarige Radler und Radlerinnen gibt es auch Helme mit einer hinteren Öffnung, durch die ein Zopf passt.

**Nicht jeder Helm sitzt auf jedem Kopf.** Vor dem Kauf sollte man unbedingt den Kopfumfang messen. Dazu setzt man ein Maßband knapp oberhalb der Ohren an. Liegt das ermittelte Maß gerade an der Grenze zweier Größen, wählt man die größere Variante. „Am besten testet man im Fachgeschäft mehrere Helme“, rät Monika Liem. „Jedes Modell sitzt ein bisschen anders.“ Wer einen Helm im Versandhandel bestellt hat und unzufrieden ist, darf ihn binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen zurückschicken und sich den Kaufpreis erstatten lassen - auch dann, wenn die Verpackung geöffnet oder ein Anhänger entfernt wurde.

**Käufer sollten aufs Verfallsdatum achten.** Die meisten Hersteller geben eine maximale Nutzungsdauer an. Meist liegt sie bei drei bis fünf Jahren. Danach sollte der Helm entsorgt werden. UV-Licht lässt das Material mit der Zeit verspröden, so dass es im Ernstfall keinen ausreichenden Schutz mehr bietet. „Darum bewahrt man Fahrradhelme am besten lichtgeschützt auf“, rät Monika Liem. Nach Ablauf der Nutzungsdauer muss ein neuer Helm her, ebenso nach einem Sturz.

**Einen Fahrradhelm nur zu besitzen genügt nicht. Man muss ihn auch richtig aufsetzen.** Korrekt platziert man den Helm absolut waagrecht auf dem Kopf und zieht dann den Kopfring fest. Den Kinnriemen passt man so an, dass noch ein Finger zwischen Gurt und Kiefer passt. Der Verschluss sollte nicht direkt unter dem Kinn sitzen, sondern seitlich versetzt sein. „Mir fallen viele Radfahrer auf, die den Helm viel zu weit im Nacken tragen“, sagt Monika Liem. „Das sieht vielleicht cooler aus, bringt aber bei einem Unfall nichts.“

Fragen, Anregungen, Wünsche rund ums Thema Radfahren? Die ADFC-Gruppe Ettlingen erreichen Sie über die E-Mail-Adresse [ettlingen@adfc-bw.de](mailto:ettlingen@adfc-bw.de) oder über unsere Internet-Seite, die Sie unter [www.t1p.de/hfsf](http://www.t1p.de/hfsf) finden.



Monika Liem vom ADFC Ettlingen rät: Fahrradhelm korrekt aufsetzen! Foto: Randolph Liem

## Caritasverband

### Hinweis

Unsere Beratungsdienste sind geöffnet, auf Wunsch können Beratungen auch telefonisch stattfinden.

## Diakonisches Werk

### Wir sind weiterhin für Sie da!

Unsere Beratungsangebote in der Sozial- und Lebensberatung sowie in der Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung bieten wir Ihnen unverändert an. Wir beantworten u. a. Fragen zu finanziellen, staatlichen Leistungen wie ALG II, Wohngeld, Kinderzuschlag und unterstützen bei der Antragstellung. Derzeit können die Terminanfragen nur telefonisch oder per E-Mail erfolgen. Die Beratungsgespräche finden überwiegend noch telefonisch statt. In Einzelfällen kann jedoch eine persönliche Beratung in der Beratungsstelle unter Einhaltung der vorgeschriebenen Schutzmaßnahmen erfolgen. Sie erreichen uns telefonisch zu unseren Öffnungszeiten unter 07243 5495-0 oder schreiben Sie uns eine E-Mail an [ettlingen@diakonie-laka.de](mailto:ettlingen@diakonie-laka.de).

Weitere Infos unter: [www.diakonie-laka.de](http://www.diakonie-laka.de)

## Rheuma-Liga Arge Ettlingen

### Rheumaliga – Wassergymnastik



Logo:  
Rheuma-Liga BW e.V.

Für das Funktionstraining Wassergymnastik gelten im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie nach wie vor hohe und umfangreiche Hygienevorschriften.

Diese machen es uns weiterhin nicht möglich, im Albgauab in Ettlingen Wassergymnastik anzubieten.

Wir hoffen, dass wir Anfang nächsten Jahres wieder mit dem Funktionstraining Wassergymnastik beginnen zu können.

**Für telefonische Anfragen bleibt unsere Beratung unter Tel.: 07224 - 99 4 38 38 erreichbar.**

## Suchtberatungsstelle Ettlingen

### Suchtberatung Ettlingen

#### „Kommunal wertvoll!“

Der Aktionstag Suchtberatung unter dem Motto „Suchtberatung – Kommunal wertvoll!“ fand bundesweit erstmalig am 4. November unter der Schirmherrschaft der Drogenbeauftragten der Bundesregierung statt. Ziel war es, vor Ort auf die Dringlichkeit der (Weiter-)Finanzierung und die Zukunftssicherung der Suchtberatungsstellen aufmerksam zu machen. Suchtberatung braucht eine stabile, kostendeckende und verlässliche Finanzierung!

Um coronabedingte Mehrbedarfe finanziell zu kompensieren, besteht bundesweit die Gefahr, dass einige Kommunen Einsparungen bei Leistungen vornehmen. Speziell bei der Finanzierung der Suchthilfe und besonders im Bereich Suchtprävention, haben Kommunen diesbezüglich Handlungsspielräume. Dies ist darauf zurückzuführen, dass Suchtberatung keine staatliche Pflichtaufgabe ist, sondern als Freiwilligenleistung im Rahmen der allgemeinen Daseinsfürsorge erfolgt.

Seit 2011 verzeichnen wir, die AGJ Suchtberatung Ettlingen, zuständig für den südlichen Landkreis Karlsruhe, einen kontinuierlichen Anstieg der Neuanmeldungen. 2019 erreichten wir einen bisherigen Höchststand von 618 Klienten.

Mit unserer Brückenfunktion zum Gesundheitssystem trägt die Suchtberatung nachweislich dazu bei, die Verelendung der KlientInnen zu verhindern, deren Angehörige und Kinder mit entsprechenden Angeboten zu unterstützen und so die Folgekosten der Suchterkrankung zu verringern.

Suchtberatung in dieser Form angeboten, hat ein Alleinstellungsmerkmal, das nicht von anderen Leistungserbringern im Gesundheitswesen erbracht werden kann, nicht von ÄrztInnen und auch nicht von niedergelassenen TherapeutInnen.

Die AGJ Suchtberatung Ettlingen steht u.a. für:

- niedrigschwellige Zugangsmöglichkeiten zu einem qualifizierten Hilfeangebot - auch digital,
- Raum zur Entwicklung einer vertrauensvollen Beziehung, um weitergehende Hilfeleistungen wie Beratung, Vermittlung oder Behandlung erst zu ermöglichen,
- Vermittlung in weiterführende Hilfen bzw. Rehabilitation und in Sucht-Selbsthilfe,
- bedarfsgerechte Beratung und Begleitung in Bezug auf die Anliegen und Problematiken von KlientInnen und deren Angehörigen, auch über den Suchtmittelkonsum hinaus,
- Erschließung des Zugangs zu einem regionalen Hilfenetzwerk für Betroffene und Bezugspersonen
- Unterstützung von Kindern deren Eltern eine Suchtmittelproblematik haben (Kinderprojekt Kibus)
- Betreutes Wohnen, insbesondere für Mütter und deren Kinder nach erfolgreicher Therapie

Demgegenüber steht eine chronische Unterfinanzierung unserer Beratungsstelle! 2019 war jedes unserer Beratungsgespräche mit ca. 6€ unterfinanziert!

Übrigens: Trotz Corona sind wir weiterhin persönlich, telefonisch oder per Videochat für sie da!

[www.suchtberatung-ettlingen.de](http://www.suchtberatung-ettlingen.de)  
Telefon: 07243 – 215305

## Wasener Carneval Club Ettlingen e.V.

### 11.11. Fasnachtsauftakt

In diesem Jahr war alles anders als gewohnt. Kein Rathaussturm, keine Party auf dem Marktplatz. Aber so ganz ohne etwas durfte es doch nicht sein und so statteten Präsident Bernd Rehberger mit seinen Vize Michael Eisele und Ralf Rapp dem „Wasenaff“ am Wasenpark einen Besuch ab. Denn genau vor 33 Jahren wurde dieser am Wasenpark aufgestellt und auf den Namen „Fidel“ getauft. Ein närrisches Jubiläum aber ohne die geplante Jubiläumsfeier. Gestaltet wurde „Fidel“ von der Künstlerin Gudrun Schreiner und gesponsert von der Sparkasse Ettlingen. Viele fragen sich bestimmt, warum der Wasenaff unser Wappentier ist. Dies ist zurückzuführen auf eines der Gründungsmitglieder des Vereines. „Er war Soldat im Boxerkrieg in China und brachte ein Rhesusäffchen mit zurück nach Deutschland.“ Zum Geburtstag also keine Feier und dennoch hatten Bernd, Michael und Ralf etwas für den Fidel dabei. Diesem wurde die Plakette gestohlen, auf der sein Entstehungsdatum, die Namen der Schafferin und der Sponsoren vermerkt sind. Zum Geburtstag gab es die neue Plakette, die in kleiner Runde von den drei Chefs wieder angebracht wurde.



Auch wenn es keine Zusammenkunft der Mitglieder gab, so konnte man anhand einiger Bilder sehen, dass viele am 11.11. um 11.11 Uhr an den Start der 5. Jahreszeit dachten. So gab es oft ein virtuelles Helau, lustige Bilder und manch einer ließ es sich nicht nehmen, pünktlich auf diese Zeit anzustoßen. Bleibt alle weiterhin gesund. Ein dreifach kräftiges Helau von eurem WCC.



Am Denkmal

Foto: WCC

## AWO Kita Regenbogen 1

### Die Dinos kommen ...

... wie bereits erzählt, befinden wir Regentropfchen uns gerade in der Zeit der Dinosaurier. Nachdem wir viel über das gefährliche Treiben im Jura- und Kreidemeer erfahren hatten, begaben wir uns in die Lüfte der damaligen Epoche.

Wir haben uns mit den Flugsauriern befasst. Außerdem ziert nun ein riesiges Exemplar (welches in Gemeinschaftsarbeit entstand) unseren Gruppenraum. Wir lernten ein lustiges Dinolied (Ja wir sind Dinosaurier, ...) und sahen uns Bücher und Geschichten an. Danach kam das Leben an Land. Hier gab es einiges über die Fleisch-, bzw. Pflanzenfresser zu erkunden.

Als letztes Highlight dieses Themas haben wir einen Kinotag erlebt, hier durfte das selbstgemachte Popcorn nicht fehlen. Es lief eine Folge vom „Dino-Zug“. Der Film war einerseits witzig, andererseits aber auch sehr lehrreich. Wir konnten erfahren, warum einige Dinos so große Hörner hatten und wissen jetzt, wie die Flugsaurier Fische gejagt haben.

Da wir aufgrund der momentanen Lage keine Ausflüge mit Bus und Bahn machen dürfen, mussten wir leider auf Exkursionen in diverse Museen verzichten, die uns das Thema sicherlich noch etwas mehr verinnerlicht hätten. Aber es war auch so eine spannende Zeit!

### Latene, Latene, ...

In diesem Jahr stellte uns die Gestaltung des St. Martin Festes vor eine kleine Herausforderung - es durfte leider kein Fest mit den Eltern und der gesamten Familie stattfinden.

Wir ließen es uns trotzdem nicht nehmen, Laternen zu basteln. Da wir uns mitten im Dinothema befanden, war klar, wir basteln Dino-Laternen.

So kam es, dass am 11.11. gegen 11 Uhr eine Gruppe Kinder, bewaffnet mit leuchtenden Dinoeiern, singend durch den Tag ging. Zuvor gabe es ein gemeinsames Frühstück in Form von Hefezopf mit Marmelade. Aber warum feiern wir St. Martin? Um diese Frage aufzulösen, gab es ein Schattentheater (vorgeführt von den Erzieherinnen), welches die Geschichte von Martin und dem Bettler erzählte.

Zu Abschied bekam jedes Kind eine Martinsbrezel mit nach Hause - **herzlichen Dank an die Eltern, für die leckere Spende!**

So wurde es doch noch für alle ein schöner Tag.

## Markgräfin-Augusta-Frauenverein e.V.

### Kindergarten St. Elisabeth Mühlenstraße

#### Im November ist was los

#### Latene, Latene, Sonne, Mond und Sterne...

Trotz erschwerten Bedingungen haben wir natürlich auch dieses Jahr St. Martin im Kinderhaus gefeiert. Als Vorbereitung für das Fest wurde fleißig an den wunderschönen, nachhaltigen Laternen gebastelt, die jede Gruppe individuell gestaltet hat. Im Schein der leuchtenden Laternen lauschten wir der Legende von St. Martin und übten eifrig die Martinslieder für den Laternenumzug. In der Turnhalle wurde jede Gruppe sogar zu einem Bilderkino eingeladen. Am Mittwoch, den 11.11. war es dann soweit. Da der Umzug wegen Corona nur bereichsgetrennt stattfinden durfte, sind die Wetterfrösche gemeinsam mit der Blauen Gruppe links an der Alb entlang, die Rote Gruppe und die Grüne Gruppe rechts an der Alb entlang, und die Gelbe Gruppe im Rondell gelaufen. Das hat uns aber trotzdem riesen Spaß gemacht und wir haben „St. Martin, St. Martin“ und „Durch die Straßen auf uns nieder“ in der Nachbarschaft erklingen lassen. Als wir dann wieder im warmen Kinderhaus waren, gab es in jeder Gruppe ein leckeres Frühstück, bei dem wir uns unsere am Vortag gebackenen Martins-Sterne mit etwas Obst oder Gemüse und leckerem Kinderpunsch schmecken ließen. Alle Kinder durften auch einen der Sterne mit nach Hause nehmen, um ihn dort mit ihrer Familie zu teilen, so wie St. Martin seinen Mantel geteilt hat. Was wir alles rund um das Fest erlebt und „geschafft“ haben, kann von den Mamas und Papas auf einer Stellwand im Hof bewundert werden.

#### Lockdown-light-Challenge

Am Montag, 9.11.20 hat auch unsere „Kinderhaus-Lockdown-light-Challenge“ gestartet, die noch bis Sonntag, 6.12. andauert. Momentan sind viele Freizeitaktivitäten noch möglich, Fitnessstudios geschlossen und die Sozialkontakte stark eingeschränkt. Also haben wir uns entschlossen, eine Aktion zu starten, die die ganze Familie und auch die pädagogischen Fachkräfte zu mehr Bewegung animieren und

dazu noch Spaß machen soll! Wer mitmachen möchte, braucht nur einen Schrittzähler oder ein Smartphone mit dieser Funktion, eine Laufkarte und los geht's! Am Ende der Aktion werden alle Schritte zusammengezählt und wir sind gespannt, ob wir es gemeinsam geschafft haben, mit unseren Schritten ein Mal ganz Deutschland zu umwandern! Jeder Teilnehmer kann eine freiwillige Startgebühr entrichten. Mit dem Geld, das dabei zusammenkommt, wird eine Anschaffung für die Kinder getätigt.

#### Buchausstellung

Außerdem ist im Kinderhaus in der Zeit von Donnerstag, 5.11. bis Dienstag, den 17.11.20 eine Buchausstellung der Firma „Kinderland“ zum Thema „Herbst/Winter/Weihnachtszeit“ in unsere Kinderküche eingezogen. Die Eltern konnten sich anmelden und sich unter den notwendigen Hygienemaßnahmen die Bücher anschauen und bei Bedarf gleich bestellen.

#### Kinderhaus online – Flohmarkt

Im Zeitraum vom 31. Oktober bis zum 8. November fand der Kinderhaus online – Flohmarkt bei ebay-kleinanzeigen.de statt, den unser Elternbeirat ins Leben gerufen hat. Hier konnten gut erhaltene „Rund ums Kind“ – Artikel kostengünstig und regional online erworben werden, die Aktion fand großen Anklang bei unseren Eltern.

#### Ein herzliches Dankeschön

An dieser Stelle möchten wir uns bei unserem engagierten Elternbeirat für seine tatkräftige Unterstützung und seinen Ideenreichtum bedanken! Wir schätzen die Zusammenarbeit mit Ihnen sehr! Ebenso möchten wir Ihnen allen, liebe Kinderhauseltern, für Ihr Verständnis und die Offenheit, Feste, Begegnungen, die Zusammenarbeit und unsere Erziehungspartnerschaft auf neuen Wegen zu gestalten, ganz herzlich danken!

## Freier Kindergarten

#### St. Martinsumzug mit Saxophon

Am 11. November war unser St. Martinsumzug etwas ganz Besonderes, denn es war der erste ohne Eltern! Als wir vollzählig waren, sind die älteren Kindergartenkinder mit ihren Laternen eine kleine Runde bis hinter den Tennisplatz gelaufen. Dank guter Vorbesprechungen mit den Kindern sind wir mutig und angstfrei durch die Nacht gewandert. Unterwegs wurden Laternen- und St. Martinslieder gesungen, begleitet von einem Saxophon. Bei der Albbrücke haben wir aufgehängte Lampions der Eltern bewundert. Nach unserem Spaziergang trafen wir uns im Garten wieder mit den jüngeren Kindern. Während wir unterwegs waren, haben die anderen Erzieherinnen mit den Krippenkindern ein Martinsfeuer entfacht. Am Feuer angekommen, gab es für alle Kinderpunsch und Dambedeis. Zum Abschluss wurden in der gemütlichen Runde erneut St. Martinslieder gesungen und das Feuer bestaunt. Um 19 Uhr war der ganze Spaß vorbei, die Kinder wurden abgeholt und haben den Eltern stolz von unserem St. Martinsumzug berichtet.

## -ASS- Arbeitskreis Schüßler-Salze

### Webinar: Gesund durch den Winter

Locker und leicht führte uns Jo durch den Vortrag. Dieser war gespickt mit vielen Schaubildern und Erkenntnissen, die leicht umzusetzen sind. Was macht unser Körper in der kalten Jahreszeit mit wenig Sonnenlicht und vielen Bakterien, Viren, Keimen und Stress? Er fährt in den Ruhemodus. Das heißt Immunsystem, Nervensystem, Hormonsystem, die ja immer zusammenwirken, müssen sich anpassen.

Also gilt es einiges zu beachten. Z. B. auch im Winter viel an die frische Luft gehen, die Herbst- und Winter-Sonne genießen. Auch in dieser Jahreszeit kann der Körper noch D-Vitamin aufbauen.

### Merkpunkte zu Licht

Regt Durchblutung an, senkt Blutdruck, 20x stärkere Ausscheidung von Giften, Verbesserung der Hormonproduktion, Schutz der Zellen vor schädigenden Substanzen.

### Merkpunkte zu Bewegung

- Lungenkapazität um 15 % erhöht
- Venenblut fließt einfacher
- Zellen scheiden mehr Stoffwechselprodukte aus, Zuckerspiegel bleibt stabil etc.

### Merkpunkte zu Ernährung

- zu viel Insulin = Senkung des Kaliumspiegel
- Senkung des Magnesiumspiegel
- verminderte Energieleistung der Organe
- Ödeme, Müdigkeit, innere Unruhe. Nervosität. Schlafstörung, Infekte

Große Hilfe mit Schüßlersalzen und Gemmo-mazerate

### Merkpunkte zur Grippeprophylaxe und Begleitung bei Diäten, Fastenkuren

Außerdem erläuterte uns Jo Marty das **Immunschema bei Wintererkrankungen**.

**Dieses sollte mehrere Wochen angewendet werden und beinhaltet mehrere Schüßler-salze und Gemmomittel sowie ganz wichtig: GRÜNES LICHT.**

Herrn Marty's Vortrag war wie immer beeindruckend und sehr hilfreich.

Diese Veranstaltung war die letzte in diesem schwierigen Jahr 2020.

Wir hoffen 2021 wieder Veranstaltungen auch in gewohnter Präsenzveranstaltung durchführen zu können.

Informationen erhalten Sie unter <https://www.verein-ass.org>



Herbstbeginn

Foto: A. Steinmeier

## Tierschutzverein Ettlingen e.V.

### Eine handvoll Hund und eine Monster-Rechnung



Peanut Foto: Tierschutzverein Ettlingen

Hoch trächtig und in keinem guten Zustand kam die kleine Peanut in die Tierklinik. Es gab massive Komplikationen mit hohem Blutverlust. Ihr Leben hing am seidenen Faden. Die Ärzte taten alles, um das Leben der jungen Mutter und ihrer Welpen zu retten, aber es ging ihr immer schlechter und sie erhielt einen Notkaiserschnitt. Leider schafften es ihre Babys nicht. Für sie war es einfach noch zu früh. Nach ihrem stationären Aufenthalt kam die kleine Hündin in unsere Obhut, wo sie mit einer unserer lieben Tierpflegerinnen nach Hause durfte, um rund um die Uhr versorgt zu werden. Doch trotz aller Bemühungen und kleinen Schonkostportionen behielt die kleine Hündin kaum etwas bei sich und baute so ab, dass sie erneut stationär aufgenommen werden musste. Inzwischen durch Infusionen stabilisiert, stehen ihr eine Endoskopie und weitere Untersuchungen bevor und abgesehen von den Sorgen, die wir uns um sie machen, sind es auch die Kosten, die Ausmaße annehmen, die wir kaum stemmen können.

Die derzeitige Situation mit Covid-19, einem Einbruch und sämtlichen abgesagten Festen macht es uns schwer, zusätzliche Einnahmen zu generieren. Und gerade wenn Notoperationen erforderlich sind, laufen schnell Tausende von Euro an Kosten auf. Uns brachten so dieses Jahr schon mehrere Schicksale fast zur Verzweiflung. Und nun auch das der kleinen „Erdnuss“. Sie ist ein tapferer Sonnenschein und hat ihr ganzes Leben noch vor sich. Bitte helfen Sie uns, die Kosten für Behandlung und Medikamente zu tragen. Ganz einfach können Sie per PayPal spenden: geben Sie unsere Adresse ein [info@tierheim-ettlingen.info](mailto:info@tierheim-ettlingen.info) und klicken „Geld an Freunde senden“ an. Oder überweisen Sie einen Betrag Ihrer Wahl mit dem Stichwort Peanut auf unser Konto bei der **Sparkasse Karlsruhe, IBAN: DE11 6605 0101 0001 0587 26**. Sie können Ihre Spende im Rahmen der Einkommenssteuererklärung steuerlich geltend machen. Bei Beträgen bis 200 € reicht hierfür übrigens der Einzahlungsbeleg der Überweisung als Nachweis.

### Auch unsere Samtpfoten brauchen Unterstützung

So ist es im Leben. Während Lausbub Björn, ein rabenschwarzer Kater, eine wunderbare Familie gefunden hat, suchen wir für unseren rot-weiß-getigerten Kater Chico noch

immer ein neues Zuhause. Chico hat schon einige Lebensjahre auf dem Buckel und wäre in einer gemütlichen Wohnung mit ruhigen Dosenöffnern, ohne kleine Kinder und ohne weitere Katzen, dafür mit umso mehr Zeit zum Schmuse am besten aufgehoben. Wenn Sie Interesse daran haben, Chico bei sich aufzunehmen, schreiben Sie uns an [info@tierheim-ettlingen.info](mailto:info@tierheim-ettlingen.info) eine informative E-Mail und geben eine Telefonnummer an, unter der wir Sie erreichen können. Wir melden uns dann kurzfristig bei Ihnen, um einen Besuchstermin zu vereinbaren. Geholfen ist Chico auch schon sehr mit Ihren Spenden. Wir freuen uns auch über den kleinsten Betrag.

Angel und Leia sind dagegen noch recht jung und haben eine liebevolle Freundschaft zueinander entwickelt. Beide haben sie Operationen hinter sich und benötigen noch ein wenig Zeit, in der sie sich schonen müssen. Aber sie erholen sich gut. Die weiß-getigerte Angel, die sehr ängstlich und passiv ist, braucht ihre aufgeweckte fröhliche Freundin, die silber gepunktete und getigerte Bengal-Lady Leia. Und Leia kümmert sich rührend um die hübsche Angel. Sie werden deshalb nur zusammen vermittelt. Bis das soweit ist, suchen sie Paten, die sie mit einem Betrag monatlich unterstützen. Auf unserer Homepage [tierschutzverein-ettlingen.info](http://tierschutzverein-ettlingen.info) finden Sie nicht nur einige Fotos der beiden, sondern auch einen Antrag auf Patenschaft, wenn Sie den Reiter „Hilfe“ anklicken.

## Briefmarkensammler

### Sardinien 1852: „Schlossbesucher“

Deutschland gilt zwar mit über 25.000 Burgen als „Land der Burgen“, doch ist Frankreich mit über 43.000 Schlössern eindeutig das „Land der Schlösser“. Zu diesen zählen natürlich nicht nur die berühmten Königsschlösser von Versailles, Fontainebleau oder Chambord, sondern auch jeder als „Château“ zu bezeichnende einstige Landsitz eines Adligen. Zu den überregional eher unbekannteren „Châteaux“ gehört das in der Region Bourgogne-Franche-Comté im Département Côte d'Or nördlich von Aiserey gelegene Château de Rouvres, dessen Baubeginn ins 12. Jahrhundert zurückreicht. 1852 trafen dort drei „königliche Schlossbesucher“ ein, die allerdings nicht aus dem „Morgenland“, sondern aus dem Königreich Sardinien-Piemont stammten, gerne „Italiener“ geworden wären, aber später „Franzosen“ werden mussten und die wir hier vorstellen dürfen:



Foto: Briefmarkensammlerverein Ettlingen



Es handelt sich um eine Faltbriefhülle, die mit 3 Briefmarken des Königreichs Sardinien-Piemont („Regno di Sardegna“) frankiert ist, welche König Viktor Emanuel II. (14.3.1820 - 9.1.1878; reg. seit 1849) zeigen. Er residierte im Palazzo Reale der Landeshauptstadt Turin, herrschte aber bis 1860 auch über Savoyen, französischsprachiges Stammland seiner Dynastie. Die ersten sardischen Briefmarken wurden am 1.1.1851 verausgibt und umfassten die 3 Werte zu 5 Centesimi schwarz, 20 C blau und 40 C rosa. Auf unserem Brief sehen wir ein waagerechtes Paar der 5 C schwarz, jedoch in der besonders seltenen Farbvariante sepia-schwarz, die als No. 1 f im Sassone-Katalog mit dem rund 6-fachen Wert der Standardfarbe bewertet wird und somit als Paar, zudem auf Brief eine besondere Rarität darstellt. Zur Linken des Paares und Ergänzung als 50 C - Auslandsfrankatur verklebte der Absender die 40 C rosa, von der nicht viele Brief frankaturen erhalten blieben. Auch diese Marke zeigt eine Besonderheit: Der breite linke Rand umfasst links auch den fast vollständigen Zierrand der Nachbarmarke, die aber einer anderen Gruppe im Druckbogen angehörte und durch einen Zwischensteg („interspazio di gruppo“) getrennt war. Mit Ausnahme der mittleren Marke weisen die durch sog. stumme Rhombenstempel sauber entwerteten Briefmarken Schnittmängel auf, das Briefpapier zudem Beförderungsspuren und Randläsuren. Aufgabebort war Aix-les-Bains, wie dessen herrlich klarer Doppelkreisortsstempel vom 22.5.1852 dokumentiert. Über Lyon und Dijon (rückseitige Transitstempel vom 24.5.) gelangte der wunderschöne Brief am 25.5. nach Genlis (17 km südöstlich von Dijon) von wo er nur noch 9 km nach Westen bis Rouvres-en-Plaine und dessen Château zurückzulegen hatte. Wie lange unsere „Schlossbesucher“ aus Aix-les-Bains, die nach dem italienischen Einigungskrieg von 1859 im „Tausch“ von Savoyen und Nizza mit der Lombardei „Franzosen“ unter Kaiser Napoleon III. wurden, auf Schloss Rouvres verweilten, bevor sie in eine andere Sammlung gelangten, wissen wir nicht.

Kontaktadressen: [www.bsv-ettlingen.de](http://www.bsv-ettlingen.de)  
Ralf Vater, 07243/13420,  
Rolf Schulz, 07243/939514

## Sozialverband VdK - OV Ettlingen

### Gedenkfeier am Volkstrauertag

Gerade in Zeiten wie diesen, mit Einschränkungen unseres Lebens, durch eine Gefahr, die unsichtbar unser aller Leben und Gesundheit bedroht, dürfen wir nicht die Verstorbenen und Opfer von Krieg und Terror vergessen. Gemeinsam mit Oberbürgermeister Arnold haben wir uns deshalb gemeinsam entschlossen, am Volkstrauertag im kleinen Rahmen eine Gedenkfeier stattfinden zu lassen. Vertreter des VdK, der Marinekameradschaft und der Stadt Ettlingen mit OB

Arnold legten Kränze nieder zum Gedenken an die Verstorbenen. Der OB hielt eine kurze aber sehr eindrucksvolle Rede, bei der er den Opfern gedachte und vor neuen Kriegen warnte. Machthaber in aller Welt und aller Religionen verstehen es noch immer, ihre Macht und Streben nach Vorherrschaft durch sinnlose Krieg und Terror zu festigen. Krieg und Terror darf keine Lösung sein. Nur das friedliche Miteinander schützt uns alle vor Tod und Elend.

Deshalb ist es uns allen wichtig, diese Feierstunde als Gedenken und Mahnung stattfinden zu lassen. Es sind zu viele schon gestorben, helfen wir durch friedliches Gedenken und Mahnen, dem sinnlosen Sterben ein Ende zu machen.

Wir, der VdK Ortsverband, werden alles tun um den Frieden zu fördern und zu fordern. Über 70 Jahre Frieden in Deutschland haben uns gelehrt, dass nur gemeinsame Anstrengung für Frieden und Wohlstand sorgt. Freuen wir uns über den Frieden und vergessen wir nicht unsere Opfer von Krieg und Gewalt. Liebe Mitglieder und Ratsuchende, es ist uns ein Anliegen immer wieder darauf hinzuweisen, dass wir auch trotz Coronabeschränkungen und geschlossenen Bürgerzentren immer für Sie telefonisch erreichbar sind. Wir sind für Sie da, rufen Sie uns an.

Albert Tischler Ortsverbandsvorsitzender, Tel. 07203/3469808, Mobil 0170/9573638  
Manfred Lovric st. Ortsverbandsvorsitzender, Mobil 0157/88083770



*„Bleiben Sie gesund, halten Sie Abstand, damit wir uns alle bald wiedersehen.“  
Gedenkstätte Foto: Manfred Lovric*

## Aus den Stadtteilen

### Stadtteil Bruchhausen



### Ortsverwaltung

#### Die Frosch-Familie erhielt Zuwachs

Zu den bereits sieben beheimateten Fröschen in den Straße Bruchhausens gesellten sich nun drei weitere.

Die Ettlinger Stadtwerke stellten ihre Verbundenheit erneut unter Beweis und stifteten drei Frösche auf der SWE-Stromstation in der Adlerstraße.

Ausführender Künstler war Marco Billmaier. Persönlich und im Namen des Ortschaftsrates Bruchhausen bedankte sich Ortsvorsteher Noller bei den Ettlinger Werken – dem Garant für eine sichere Versorgung. Ein weiterer Frosch im Bereich der Landstraße ist bereits auf dem Sprung!



*„Frosch-Station“ der Stadtwerke in der Adlerstraße Foto: Georg Reiser*

#### An unsere Kinder – kennst Du Dein Dorf?

Weißt Du, wie viele städtische Spielplätze und Sportanlagen für Kinder wir in Bruchhausen haben? Weißt Du, wie die Spielplätze und Sportanlagen alle heißen (jeder Spielplatz hat einen Tiernamen)?

Schreibe die Anzahl unserer Spielplätze und Sportanlagen mit den Tiernamen auf einen Zettel und werfe ihn **bis zum 30. November** in den Briefkasten der Ortsverwaltung (bitte Deinen Namen und Deine Straße nicht vergessen).

Wir werden die eingegangenen Zettel gut mischen und einen ziehen. Die Gewinnerin / der Gewinner erhält einen Preis. Deine Ortsverwaltung

### Quartier ist hier

#### „Tour de Bruchhausen“ ist fertig!

Der Flyer „Eine Entdeckungstour rund um Bruchhausen zu Fuß und mit dem Fahrrad“ ist vollendet und wurde am letzten Freitag Ortsvorsteher Wolfgang Noller übergeben.

In seinem Dankeswort an das Quartiersteam Anja Englisch, Helga Hinse und Simone Speck betonte dieser auch, dass besonders jetzt in Zeiten vom Lockdown der Corona Pandemie alle Unternehmungen im Freien besonders zu begrüßen seien. Auf diesem abwechslungsreichen Rundweg können die Bürgerinnen und Bürger vielleicht auch einen ganz neuen Blick auf ihren Ort werfen. Für das Quartiersteam bedankte sich Helga Hinse auch bei Karl-Heinz Kurvers, der beim Bürgerdialog den Vorschlag eines umfassenden Rundweges geäußert und beschrieben hatte.



*Übergabe des Flyers Foto: Helga Hinse*