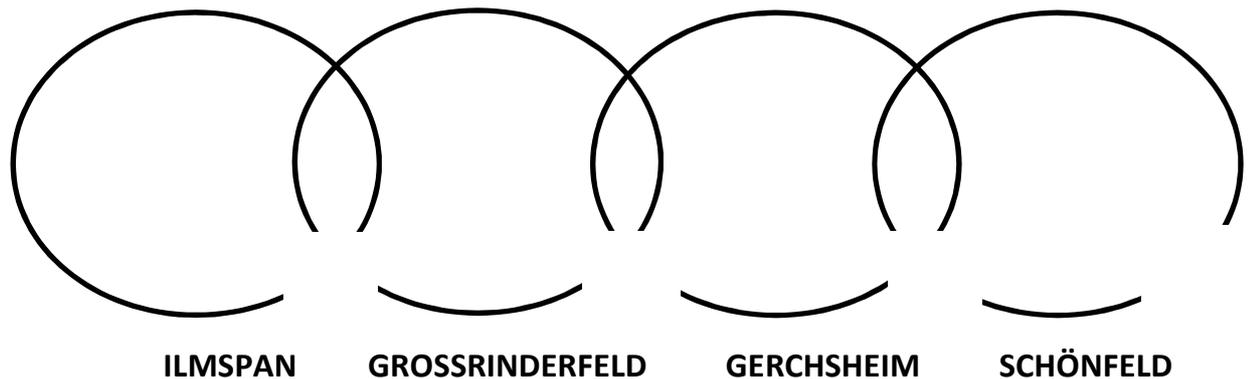

Mitteilungsblatt der Gemeinde Großrinderfeld

46. Jahrgang

Freitag, den 19. Juni 2020

Nummer 25



www.grossrinderfeld.de / rathaus@grossrinderfeld.de / Tel. 09349-9201-0

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

langsam werden die strengen Corona-Verordnungen gelockert und das „normale“ Leben erwacht wieder. Gewisse Einschränkungen werden uns jedoch die nächste Zeit noch begleiten und auch die wirtschaftlichen Auswirkungen können wir noch lange spüren. Nach ersten Schätzungen werden die Förderungen und Umlagen von der Bundes- und Landesregierung für die Gemeinde geringer ausfallen wie die letzten Jahre gewohnt, da sie erst an einer anderen Stelle durch z.B. Steuern erwirtschaftet werden müssen.

Die Gemeinde Großrinderfeld bietet, wie in den letzten Jahren, wieder ein Ferienprogramm und eine Ferienbetreuung an. Die Anmeldebestätigung für die angemeldeten Kinder wird in den nächsten Tagen verschickt. Vorausgesetzt, die Corona-Verordnungen, lassen unsere Vorhaben zu diesem Zeitpunkt weiterhin zu.

In der letzten Gemeinderatssitzung wurde der Aufstellungsbeschluss zu unserer ersten Freiflächen-Photovoltaik-Anlage gefasst. Zusätzlich hat sich die Gemeindeverwaltung bemüht die Dächer gemeindlicher Immobilien als Träger für Photovoltaikflächen bereitzustellen. Bereits vor über 10 Jahren, als die Stromvergütung noch deutlich höher war als heute, waren diese Flächen unrentabel. Eine neue Untersuchung brachte ein ähnliches Ergebnis. Die einzige Photovoltaikanlage auf einem Dach der Gemeinde wurde auf dem Dorfgemeinschaftshaus in Schönfeld installiert.

Euer

Johannes Leibold

Starte mit uns in Deine berufliche Zukunft und beginne ab dem **01. September 2021** eine

Ausbildung zum Verwaltungsfachangestellten (m/w/d), Fachrichtung Landes- und Kommunalverwaltung

Beraten, Organisieren, Urkunden und Bescheinigungen ausstellen, Vorgänge bearbeiten, Daten erheben und auswerten. Das sind Aufgaben, die **Verwaltungsfachangestellte (m/w/d)** in den verschiedensten Bereichen der Verwaltung erledigen.

Sie erarbeiten Verwaltungsentscheidungen auf der Grundlage von Bundes- und Landesrecht sowie kommunalem Ortsrecht und unterrichten alle Beteiligten. Ebenso stehen Verwaltungsfachangestellte Bürgern und Organisationen für Auskünfte und Beratungsleistungen zur Verfügung.

Das Berufsbild des Verwaltungsfachangestellten ist also abwechslungsreicher und weitaus weniger verstaubt als der Ruf, der ihm vorausseilt, oftmals verheißt.

Die Ausbildung dauert in der Regel drei Jahre. Während der praktischen Ausbildung lernst du die unterschiedlichen Abteilungen der Gemeindeverwaltung kennen. Die theoretischen Inhalte der Ausbildung werden an der Berufsschule in Tauberbischofsheim und an der Verwaltungsschule des Gemeindetags in Karlsruhe vermittelt.

Voraussetzungen:

- Sehr guter Hauptschulabschluss oder ein höherwertiger Abschluss
- Soziale Kompetenz, insbesondere Teamfähigkeit und Freude am Umgang mit Menschen
- Entscheidungsfreude und Engagement sowie Ausdauer und Kreativität

Unser Argument:

- Wir bieten einen zukunftsorientierten Arbeitsplatz mit interessanten Aufgabengebieten in einer leistungsfähigen Verwaltung
- Du erhältst eine monatliche Ausbildungsvergütung nach TVAöD (VKA)
- Bei sehr guten Leistungen im 1. Ausbildungsjahr kann die Ausbildung auf 2,5 Jahre verkürzt werden
- Mit erfolgreich bestandenen Abschluss der Ausbildung gibt es einen Anspruch auf eine **befristete Übernahme** nach der Ausbildung

Wir haben Dein Interesse an einem Ausbildungsplatz in unserer Gemeinde geweckt?

Dann sende Deine Bewerbung bitte bis zum **30. September 2020** mit aussagefähigen Bewerbungsunterlagen (Bewerbungsschreiben, Lebenslauf und Kopie des letzten Schulzeugnisses) an die Gemeinde Großrinderfeld, Personalstelle, Frau Kriegisch, Marktplatz 6, 97950 Großrinderfeld. **Bitte verwende nur Kopien, weil eine Rücksendung der Unterlagen nicht erfolgen kann.** Natürlich kannst Du Dich auch online unter anja.kriegisch@grossrinderfeld.de bewerben. Das Einsenden von Bewerbungsunterlagen ist dann nicht mehr erforderlich.

Für Rückfragen steht Dir Frau Kriegisch unter Tel. 09349/920123 gerne zur Verfügung.

Die Gemeinde Großrinderfeld fördert aktiv die Gleichstellung aller Mitarbeiter. Wir begrüßen deshalb alle Bewerbungen unabhängig deren kultureller und sozialer Herkunft, Alter, Religion, Weltanschauung, Behinderung oder sexueller Identität.

Bewerber (m/w/d) mit einer Behinderung werden bei gleicher Eignung unter Berücksichtigung aller Umstände des Einzelfalls bevorzugt.

Amtliche Bekanntmachungen

Zweckverband Wasserversorgung Grünbachgruppe

Öffentliche Sitzung des Zweckverbandes Wasserversorgung Grünbachgruppe am Donnerstag, 25. Juni 2020, 17.00 Uhr im Sitzungssaal des Rathauses Wittighausen

Tagesordnung

1. **Bekanntgaben**
2. **Bericht des Geschäftsführers des Zweckverbandes Wasserversorgung „Mittlere Tauber“**
3. **Feststellung der Jahresrechnung für das Haushaltsjahr 2019**
4. **Beratung und Beschlussfassung des Haushaltsplanes und der Haushaltssatzung für das Jahr 2020**
5. **Beratung und Beschlussfassung über die mittelfristige Finanzplanung 2021-2023**
6. **Wahl der Stellvertreter des Verbandsvorsitzenden**
7. **Bericht des Wassermeisters**
8. **Verschiedenes**
9. **Anfragen der Verbandsmitglieder**
10. **Anfragen der Bürger aus dem Verbandsgebiet**

Ein nicht-öffentlicher Teil schließt sich an.

Alle Interessenten sind zu dieser Sitzung recht herzlich eingeladen.

J. Markert,

Verbandsvorsitzender

Praktikumsstelle für „Studiengang Public Management (B.A.)“

Die Gemeinde Großrinderfeld stellt auch ab **September 2021** wieder eine **Stelle** für das **Einführungspraktikum für den Studiengang „Public Management (B.A.)“** zur Verfügung.

Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an die Gemeinde Großrinderfeld, Personalstelle, Marktplatz 6, 97950 Großrinderfeld. **Bitte verwende Sie nur Kopien, weil eine Rücksendung der Unterlagen**

nicht erfolgen kann. Natürlich können Sie sich auch online unter anja.kriegisch@grossrinderfeld.de bewerben. Das Einsenden von Bewerbungsunterlagen ist dann nicht mehr erforderlich.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Frau Kriegisch unter Telefon 09349/920123.

Die Gemeinde Großrinderfeld fördert aktiv die Gleichstellung aller Mitarbeiter. Wir begrüßen deshalb alle Bewerbungen unabhängig deren kultureller und sozialer Herkunft, Alter, Religion, Weltanschauung, Behinderung oder sexueller Identität.

Bewerber (m/w/d) mit einer Behinderung werden bei gleicher Eignung unter Berücksichtigung aller Umstände des Einzelfalls bevorzugt.

Veranstaltungsplan – Voranzeige

Zur Festlegung der Termine für den Veranstaltungsplan 2021 findet am Montag, dem 13. Juli 2020 um 20.00 Uhr im Gemeindezentrum Ilmspan eine Zusammenkunft der Vereinsvertreter aller Ortsteile statt.

Landratsamt Main-Tauber-Kreis - Vermessungs- und Flurneuordnungsamt -

Ankündigung von Vermessungs- und Abmarkungsarbeiten im Rahmen des Flurbereinigungsverfahrens Großrinderfeld (Wald) - Main-Tauber-Kreis

Das Landratsamt Main-Tauber-Kreis (Vermessungs- und Flurneuordnungsamt; Anschrift: Wellenbergstraße 3, 97941 Tauberbischofsheim) beabsichtigt, ab dem 22.06.2020 Vermessungs- und Abmarkungsarbeiten gemäß § 56 Flurbereinigungsgesetz in Verbindung mit den §§ 5 und 6 Vermessungsgesetz Baden-Württemberg an der Verfahrensgrenze des Flurbereinigungsgebiets Großrinderfeld (Wald) durchzuführen. Dabei kann es notwendig werden, dass Mitarbeitende des Landratsamts Main-Tauber-Kreis folgende Flurstücke der Gemarkungen **Großrinderfeld** (191/31, 2487/1, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2558, 2559, 2560, 2564, 2564/1, 14121, 14123, 14125, 14126, 14127, 14129, 14133, 14134, 14135, 14136, 14136/1, 14137, 14138/1, 14140, 14142, 14143, 14144, 14145, 14145/1, 14146, 14147, 14188, 14194, 14195, 14196, 14198, 14200, 14201, 14202, 14203, 14203/1, 14223, 14224, 14225, 14226, 14227, 14230, 14231, 14232, 14233, 14234, 14235, 16323, 16324, 16325, 16326, 18628, 18629, 18630, 18631, 18632, 18633, 18635, 18636, 18638, 18638/1, 18639, 18640, 18641, 18642, 18710, 18711,

18711/1, 18712, 18713, 18714, 18715, 18716, 18717, 18718, 18819, 18820, 18821, 18822, 18824, 18825, 18826, 18827, 18828, 18829, 18830, 18831, 18832, 18833, 18834, 18835, 18836, 18837 und 18839), **Gerchsheim** (7923, 8064, 8065, 8066, 8067, 8069, 8070, 8080, 8083, 8084, 8090, 8091, 8092, 8093, 8094, 8097, 8098, 8107, 8108, 8109, 8111, 8113, 8114, 8115, 8116, 8117, 8118, 8119, 8120 und 8147) und **Ilmspan** (3364, 3368, 3369 und 3370) betreten müssen, wozu sie nach § 17 Vermessungsgesetz beauftragt sind.

Die Grundstückseigentümerinnen und Grundstückseigentümer können den Vermessungsarbeiten beiwohnen, ihre Anwesenheit ist jedoch nicht erforderlich. Die Vermessungs- und Abmarkungsarbeiten werden voraussichtlich bis Ende des Jahres 2021 abgeschlossen sein.

Fragen können bei Jörg Hammerl unter 09341/82-5324 oder joerg.hammerl@main-tauber-kreis.de eingereicht werden.

Tauberbischofsheim, 19.06.2020
gez. Hammerl, OVR

Großrinderfeld

Unser Dorf hat Zukunft

Auftaktveranstaltung zum Wettbewerb

Der Ortschaftsrat Großrinderfeld hat einstimmig beschlossen, dass wir uns an diesem Wettbewerb beteiligen (teilnahmeberechtigt sind nur Dörfer mit weniger als 3000 Einwohnern).

Da Digitalisierung ein großes Zukunftsthema ist, wurde die Auftaktveranstaltung auf den bundesweiten Digitaltag, am Freitag, 19.06.2020 (18.30 Uhr) gelegt.

Bürgerinnen und Bürger sind aufgerufen sich mit Ideen und Initiativen ein zu bringen. Letztendlich geht es um die Lebensqualität in unserem Dorf Großrinderfeld.

Wer zum Wettbewerb weitere Informationen erhalten möchte, oder sich gerne im Arbeitskreis "Unser Dorf hat Zukunft" einbringen will, wird aufgerufen sich an der Auftaktveranstaltung digital zu beteiligen. Insbesondere Vertreter der Vereine, der Jugend oder Elternvertreter sind sehr herzlich willkommen. (Kinder und Jugend sind unsere Zukunft!). Weitere Informationen bei Walter Lutz (Tel. 802), unter www.grossrinderfeld.com/u1 oder scannen Sie den QR-Code.

Ortschaftsrat Großrinderfeld

Notdienste

Ärztlicher Notdienst



Wichtige Rufnummern für den ärztlichen Bereitschaftsdienst im Main-Tauber-Kreis

Rettungsdienst 112

Allgemein-, kinder-, augen- und
HNO-ärztlicher Notfalldienst 116117

Rufnummer für den ärztlichen Notfalldienst:
116117 (Anruf ist kostenlos)

Wertheim (Allgemeiner Notfalldienst)

Allgemeine Notfallpraxis Wertheim, Rotkreuzklinik
Wertheim, Rotkreuzstr. 2, 97877 Wertheim am Main
Sa, So und an Feiertagen 8 – 18 Uhr

Bad Mergentheim (Allgemeiner Notfalldienst)

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, Uhlandstr.
7, 97980 Bad-Mergentheim
Sa., So. und FT. 9:00 Uhr - 22:00 Uhr

Bad Mergentheim (Kinder NFD),

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, Uhlandstr.
7, 97980 Bad Mergentheim
Sa., So. und FT. 9:00 Uhr - 20:00 Uhr

Für den **zahnärztlichen Bereitschaftsdienst** wenden Sie sich bitte an die Kassenzahnärztliche Vereinigung Baden-Württemberg: <http://www.kzvbw.de/> oder über Tel.: 0711/7877701

Apotheken-Notdienst

20.06.20 Apotheke Königshofen, Lauda-Königshofen
21.06.20 Franken-Apotheke Tauberbischofsheim,
Tauberbischofsheim

Der Notdienst der benachbarten bayerischen Apotheken ist unter www.lak-byern.notdienst-portal.de abrufbar.

EnBW Stromversorgung

Störungsdienst 0800 3629477
Service-Telefon 0800 99999 66 (gebührenfrei)
Digitaler Service bei Stromstörungen:
www.stoerungsauskunft.de

Gasversorgung Stadtwerk Tauberfranken GmbH

Erdgasversorgung – Entstördienst
Stadtwerk Tauberfranken Tel. 0800 4913602

VGMT / ÖPNV

Info bei Beschwerden und Anregungen zu den Busverbindungen der VGMT können unter folgender E-Mail weitergegeben werden: info@vgmt.de

Beratungsstelle „Frauen helfen Frauen“

Caritashaus, EG, Luisenstraße 2, 97922 Lauda,
Tel.: 09343-5899491, Handy: 01784663454
www.frauenhelfenfrauen.tbb@t-online.de

Polizei Tauberbischofsheim

Tel.: 09341/810

Jubilare

Herzlichen Glückwunsch!

**Gerchsheim**

am 23.06. Weber Josef zum 74. Geburtstag
am 26.06. Röttinger Wolfgang zum 73. Geburtstag

Geburten/Eheschließungen/Sterbefälle**Geburten:**

am 27.05.2020 *Vincent Ullrich Wolhein*;
Eltern: Katrin Wolhein und Adrian Wolhein geb. Richter, wohnhaft in Großrinderfeld, Schießmauerstr. 4
am 29.05.2020 *Ella Schlagmüller*;
Eltern: Theresa Schlagmüller geb. Zimmermann und Patrick Schlagmüller, wohnhaft in Schönfeld, Dorfstr. 3
am 07.06.2020 *Liam Behr*;
Eltern: Maria-Lisa Behr und Daniel Moss, wohnhaft in Schönfeld, Kleinrinderfelder Str. 12
am 09.06.2020 *Linus Kirchner*; Eltern: Nathalie Kirchner und Jonathan Kirchner geb. Uihlein, wohnhaft in Großrinderfeld, Mittlere Gasse 25

Eheschließungen:

am 06.06.2020 Michael Soff und Katharina Lutz, wohnhaft in Großrinderfeld, Beethovenstr. 10
am 12.06.2020 Sandro Kirchner und Heike Rehberger, wohnhaft in Großrinderfeld, Alemannenstr. 33
am 12.06.2020 Alexander Schäfer und Franziska Popp geb. Frank, wohnhaft in Schönfeld, Mühlackerweg 4

Sterbefälle:

am 05.06.2020 Berta Schäfer geb. Banzer, 98 Jahre, wohnhaft Illmspan, Rinderfelder Str. 10
am 08.06.2020 Hildegard Thoma geb. Stolzenberger, 82 Jahre, wohnhaft Großrinderfeld, Paimarer Str. 6

Vereinsnachrichten**Ortsteilübergreifend****Sportabzeichentreff**

Hallo Sportler, da der Sportplatz aktuell nur unter Auflagen geöffnet ist, müssten wir in diesem Jahr das Training deutlich besser organisieren und vorbereiten. Wir möchten am Montag, dem 29.06.20 mit dem Training beginnen.

Um die Vorgaben und Abstandsregeln einzuhalten, ist es notwendig, dass wir von jedem Teilnehmer im Vorfeld eine verbindliche Anmeldung erhalten.

Bitte meldet euch bis 27.06. per E-Mail bei Stefan Reinhart, s.reinhart@tus-grossrinderfeld.de an. Im Anschluss erhaltet ihr eine Rückmeldung zum genauen Beginn des Trainings.

Möglicherweise können wir nicht alle gleichzeitig auf den Sportplatz, deshalb kann es sein, dass wir uns auf verschiedene Gruppen und Zeiten aufteilen müssen.

Auf Euer Kommen freut sich

Das Sportabzeichenteam

Großrinderfeld**Örtl. Caritativer Förderverein
St. Elisabeth e.V.**

Wir möchten unsere Mitglieder darauf hinweisen, dass in der letzten Juniwoche der Jahresmitgliedsbeitrag 2020 in Höhe von € 13,00 eingezogen wird. Wenn sich die Bankverbindung für das Lastschriftverfahren geändert haben sollte, bitten wir um Rückmeldung bei Andrea Dürr unter der Tel. Nr. 1526. Vielen Dank.

Schönfeld

SV Schönfeld
www.sv-schoenfeld.de

Ilmspan

Obst- und Gartenbauverein Ilmspan e.V.

Anlagenpflege

Am **Freitag, den 26. Juni** wollen wir in der Ortsmitte und am Friedhof hacken und reinigen, **Beginn 17.30 Uhr**. Über freiwillige Helfer würden wir uns sehr freuen.

Im Voraus ein herzliches Dankeschön.

Kirchliche Nachrichten unter
www.kirche-wenkheim.de (evangelisch)
bzw. www.kath-grossrinderfeld.de

Verschiedenes

Landwirtschaftsamt des Landratsamtes Main-Tauber-Kreis

„Eins, zwei – Brei!“ – Ernährung von Babys

Webinar zur Einführung von Beikost am Dienstag, 07. Juli

Das Landwirtschaftsamt des Landratsamtes Main-Tauber-Kreis bietet am Dienstag, 07. Juli, von 9.30 bis etwa 11 Uhr den Vortrag „Eins, zwei – Brei!“ zur Einführung von Beikost bei Babys aufgrund der aktuellen Situation erneut als Webinar an.

Beim Kurs „Eins, zwei – Brei!“ lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Ernährungsplan für das erste Lebensjahr kennen. Sie erhalten damit eine Orientierungshilfe für die Umstellung von der Milch auf feste Nahrung.

Der Vortrag ist kostenfrei. Gehalten wird das Webinar von der BeKi-Referentin Anke Marseille. Eine

Anmeldung ist bis zwei Tage vor dem Termin erforderlich und wird unter der Telefonnummer 07931/4827-6304 oder per E-Mail an margit.balbach@main-tauber-kreis.de beim Landwirtschaftsamt entgegen genommen. Damit der Einladungslink für das Webinar versendet werden kann, ist bei der Anmeldung die E-Mail-Adresse anzugeben. Bei Fragen zu den technischen Voraussetzungen des Webinars steht das Landwirtschaftsamt unter den genannten Kontaktdaten zur Verfügung. Genauere Informationen werden jedoch spätestens am Tag vor dem Webinar per E-Mail verschickt.

Spurensuche am Bodensee und in Oberschwaben

Vom 29. August bis 05. September 2020 findet eine Jugendbegegnung in Ravensburg statt. Dieses Angebot des Volksbundes Deutsche Kriegsgräberfürsorge e.V. richtet sich an junge Menschen zwischen 18 und 26 Jahren, die diesen Sommer nicht nur etwas erleben wollen, sondern sich auch engagieren möchten.

Bei diesem einwöchigen Projekt begeben wir uns auf Spurensuche zum Thema „Der Krieg am See“. Wir beschäftigen uns mit den geschichtlichen Hintergründen zur Kriegsgräber- und Gedenkstätte Lerchenberg bei Meersburg und besuchen die KZ-Gedenkstätte „Überlinger Stollen“. Gemeinsam arbeiten wir auf dem Friedhof in Ravensburg und tragen dazu bei, Kriegsgräber als Mahnmale für den Frieden zu erhalten. Der internationale Aspekt soll auch in diesem Jahr nicht fehlen: Wir beschäftigen uns mit dem Schicksal der Fremdarbeiter am Bodensee und werfen einen Blick auf die Schweizer Seeseite.

Untergebracht sind wir in der Jugendherberge „Veitsburg“ in Ravensburg. In der gemeinsamen Freizeit genießen wir den Spätsommer in der landschaftlich schönen Region Oberschwabens, erkunden das Dreiländereck Bodensee und lernen die schönen alten Städte Ravensburg, Konstanz, Überlingen und Meersburg kennen. Wir freuen uns auf diese Entdeckungstour mit Euch!

Die Lockerungen des öffentlichen Lebens in Deutschland werden immer weitreichender, dennoch haben wir die Teilnehmerzahl auf 15 Personen begrenzt. Bei der Planung steht Eure Gesundheit für uns an erster Stelle. Wir beobachten die Situation genau, stehen in Kontakt mit den jeweiligen Behörden und reagieren, falls nötig, kurzfristig.

Wir freuen uns sehr auf Deine Anmeldung! Der Teilnahmebeitrag beträgt 140 Euro. Im Preis enthalten sind Vollverpflegung, Unterkunft und Pro-

gramm. Weitere Informationen erhaltet Ihr unter: www.volksbund.de/nc/jugend-bildung/gs-work-camps/js-programm.html oder telefonisch unter der Telefonnummer 07531-9052-0.

Familienanzeigen

*Manchmal soll man Danke sagen.
Nicht erst morgen, am besten sofort,
denn Danke ist ein wunderschönes Wort.*

Über die zahlreichen Glückwünsche, Blumen, Geschenke und Anrufe zu meinem

90. Geburtstag

habe ich mich sehr gefreut.

Recht herzlich bedanken möchte ich mich bei allen Freunden, Bekannten und Verwandten, ebenso danke ich Herrn Pfr. Samulski, dem Frauenkreis und Seniorenkreis Schönfeld sowie der Gemeinde Großrinderfeld.

Ich war überwältigt, dass so viele an mich gedacht haben.

Marita Mittnacht

Schönfeld im Juni 2020



Firmenanzeigen

Nächster TÜV – Termin für sämtliche Fahrzeuge
am Donnerstag, 25.06.2020 ab 13.00 Uhr und
am Donnerstag, 02.07.2020 ab 13.00 Uhr
Reiner Schäfer, KFZ-Meisterbetrieb
Landmaschinen-Schlosserei
97950 Gr.-Schönfeld, Tel.: 09344/261

Markenrecht • Urheberrecht • Gewerblicher Rechtsschutz
Verkehrsrecht • Verkehrsunfallrecht • Allg. Zivilrecht
Familien- und Erbrecht • Arbeitsrecht • Vertragserstellung
Beratung in anderen Rechtsgebieten • Unternehmensberatung

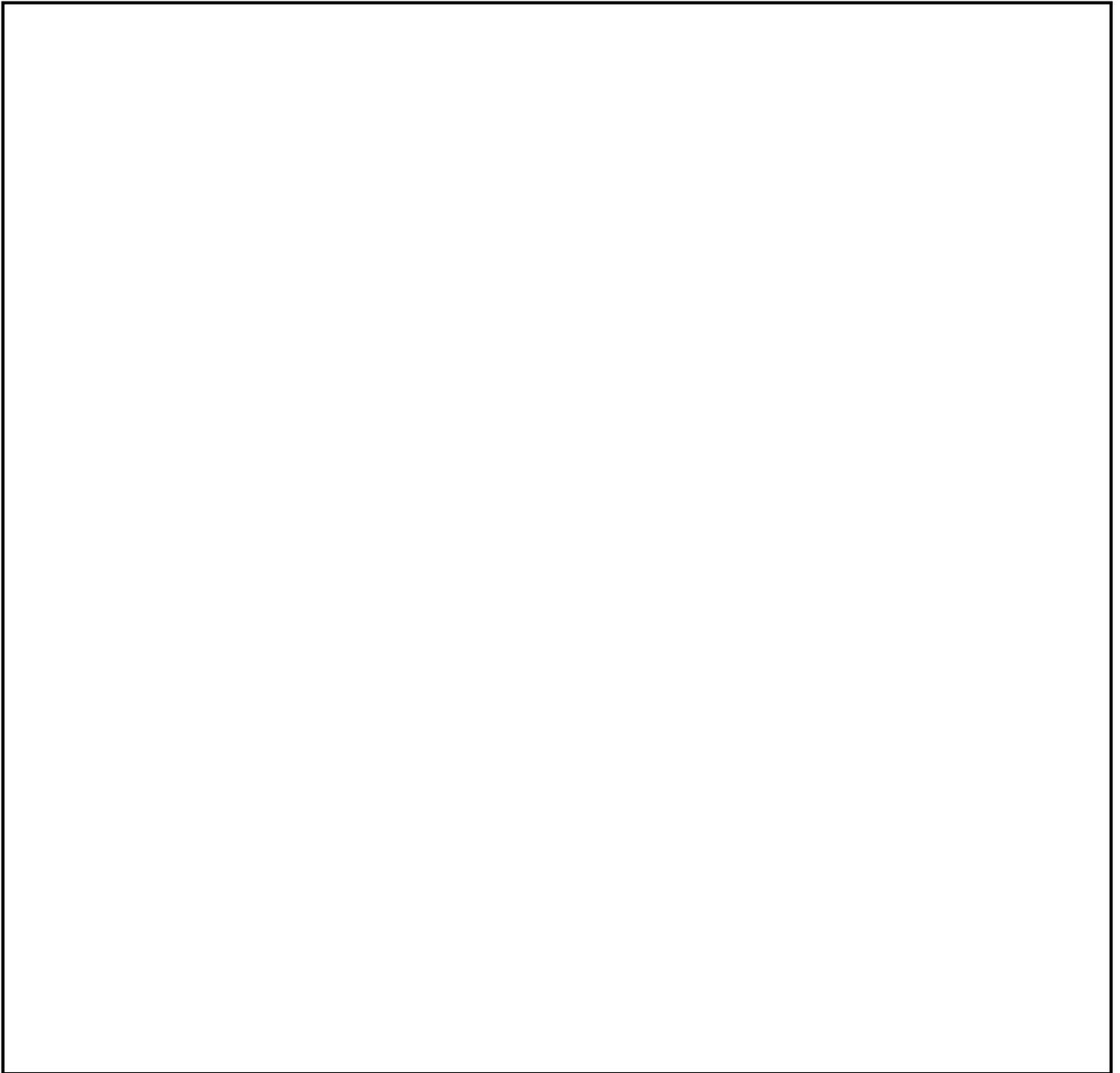
Büro Gerchsheim:

Birkenstraße 18 • 97950 Gerchsheim
Telefon: 09344 - 92 97 90
Telefax: 09344 - 92 97 91

Büro Kist:

Stadtweg 12 • 97270 Kist
Telefon: 09306 - 38 99 324
E-Mail: info@anwalt-sd.de





**Tschüss Spargel –
willkommen süß-saure Früchtchen!**

KKH: Der sommerliche Tisch ist reich gedeckt mit gesundem Obst

In einigen Tagen endet bereits die deutsche Spargelsaison. Doch mit deren Ende beginnt nahezu zeitgleich die Ära der Sommerfrüchte. Erdbeeren von heimischen Feldern gibt es schon seit einigen Wochen. Je länger die beliebten roten Früchtchen warme Sonnenstrahlen empfangen, desto süßer und aromatischer schmecken sie. „Erdbeeren sind kleine Vitaminbomben. Sie enthalten mehr Vitamin C als Orangen oder Zitronen“, weiß Dr. Anja Luci, Ernährungsexpertin bei der KKH Kaufmännische Krankenkasse. Darüber hinaus punkten sie mit wichtigen Mineralstoffen wie Eisen, Kalzium und Zink. Und mit nur 0,3 Gramm Fett pro 100 Gramm rücken sie dem Corona-Speckgürtel ordentlich zu Leibe – pur genossen vorausgesetzt, also ohne Zucker und kalorienreiche Schlagsahne.

Wenn es im Sommer richtig warm wird und sich die Erdbeerzeit dem Ende neigt, explodiert die Auswahl an Sommerfrüchten. „Die regionalen Obstsorten sind in dieser Jahreszeit besonders vielfältig und abwechslungsreich“, sagt Luci. Den Anfang im Fruchtreigen machen Brombeeren, Heidel- und Himbeeren, Johannis- und Stachelbeeren. „Mit wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen eignen sie sich besonders als leckere und gesunde Zutat zu Speiseeis, im fettarmen Joghurt oder Müsli“, erklärt die Ernährungsexpertin. „Heidelbeeren beispielsweise wirken antibakteriell, haben einen hohen Ballaststoffgehalt und sind besonders wertvoll für die Verdauung. Die in Himbeeren enthaltenen Mineralien Phosphor und Kalzium wirken unterstützend auf Zähne und Knochen, das enthaltene Magnesium stärkt die Muskeln. Und auch Eisen macht Himbeeren gesund, da es die Zellbildung und Zellatmung fördert.“

Nur wenige Wochen später haben dann Kirschen, Mirabellen, Aprikosen und Pflaumen Hochsaison. Die Sommerfrüchte enthalten mit ihrem saftigen, süß-sauren Fruchtfleisch besonders viele Vitamine, Magnesium und Eisen. „Sie können daher die Abwehrkräfte stärken und gelten als förderlich für den Knochenstoffwechsel und das Herz-Kreislauf-System“, so Dr. Anja Luci. „Genießen Sie die Früchte möglichst pur, frisch und ohne Zucker, sonst wird ihr gesunder Effekt zunichte gemacht.“ Und: Vorsicht vor übermäßigem Genuss und dem Verzehr unreifer Früchte – dies kann zu teilweise Verdauungsstörungen führen.

Grundsätzlich gilt, alle Früchte vor dem Verzehr gründlich zu waschen. Besonders bei importierten Früchten aus dem Ausland ist aufgrund der Belastung mit Insektenschutzmitteln Vorsicht geboten.

Verdachtsmomente mit dem FAST-Test gut zu erkennen

Immer mehr deutsche Klinikleitungen weisen darauf hin, dass seit der Corona-Krise deutlich weniger Patienten wegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen in die Krankenhäuser kommen. Insbesondere sollen sich die Fälle mit den Diagnosen Schlaganfall und Herzinfarkt verringert haben. Mögliche Gründe sind weniger Überweisungen von Patienten durch den eingeschränkten Praxisbetrieb niedergelassener Fachärzte sowie die Angst vor Ansteckung mit dem Corona-Virus.

„Besonders in der Zeit der Corona-Pandemie ist es wichtig, neben Erkältungssymptomen auf andere Warnsignale seines Körpers zu achten und schnell zu handeln“, sagt Simone Reiß vom Serviceteam der KKH Kaufmännische Krankenkasse in Würzburg. „Scheuen Sie sich nicht vor einem Arztbesuch.“ Beim Schlaganfall ist das Tragische, dass es jeden treffen kann, auch junge Erwachsene und sogar Kinder. Darauf macht die KKH anlässlich des Tages gegen den Schlaganfall am 10. Mai aufmerksam. Laut einer Datenerhebung der Kasse waren im Jahr 2018 insgesamt über 36.000 Versicherte von einem Schlaganfall betroffen – Tendenz steigend. 2012 lag die Zahl noch bei 29.900 Versicherten. Besonders erschreckend ist, dass fast 4.500 Schlaganfallpatienten jünger als 55 Jahre alt waren.

Schlaganfälle zählen ebenso wie Herzinfarkte zu den Herz-Kreislauf-Erkrankungen – der Todesursache Nummer eins in Deutschland. „Vorbeugung ist und bleibt die beste Medizin“, betont Simone Reiß. Das heißt: Verzicht auf Nikotin, gesunde Ernährung, wenig oder gar kein Alkohol, viel Bewegung, Sport sowie Stressreduktion. Der Abbau von Übergewicht und der regelmäßige, kostenfreie Check-up beim Arzt helfen außerdem, das Risiko für einen Schlaganfall frühzeitig zu erkennen und zu senken.

Laut der Deutschen Schlaganfall-Hilfe stehen für die Akutversorgung im Notfall in Deutschland inzwischen 335 Schlaganfall-Spezialstationen – sogenannte Stroke Units – in Kliniken bereit. Das hat dazu geführt, dass etwa doppelt so viele Schlaganfall-Patienten die Erkrankung überleben. „Unbedingte Voraussetzung dafür sind aber vor allem schnelles Erkennen und Handeln, auch um Folgeschäden zu vermeiden“, betont Reiß.

Hierbei hilft der FAST-Test. **F-A-S-T** steht für **F**ace (Gesicht), **A**rms (Arme), **S**peech (Sprache) und **T**ime (Zeit). Die meisten Schlaganfälle lassen sich innerhalb weniger Sekunden wie folgt feststellen:

- **F**ace: Bitten Sie die Person zu lächeln. Ist das Gesicht einseitig verzogen? Das deutet auf eine Halbseitenlähmung hin.
- **A**rms: Bitten Sie die Person, die Arme nach vorn zu strecken und dabei die Handflächen nach oben zu drehen. Bei einer Lähmung können nicht beide Arme gehoben werden; sie sinken oder drehen sich.
- **S**peech: Lassen Sie die Person einen einfachen Satz wie „Ich benötige keine Hilfe!“ nachsprechen. Ist sie dazu nicht in der Lage oder klingt die Stimme verwaschen, liegt vermutlich eine Sprachstörung vor.
- **T**ime: Wählen Sie unverzüglich den Notruf 112. Weisen Sie auf die vorliegenden Schlaganfall-Symptome hin und äußern Sie deutlich: „Verdacht auf einen Schlaganfall“. Denn nur im Krankenhaus kann die Ursache des Schlaganfalls ermittelt und die richtige Therapie eingeleitet werden!

Diese vier Punkte sind außerdem wichtig:

- Geben Sie dem Betroffenen nichts zu essen oder zu trinken. Der Schluckreflex kann gestört sein – es droht Ersticken!
- Entfernen oder öffnen Sie einengende Kleidungsstücke.
- Achten Sie auf freie Atemwege, entfernen Sie ggf. Zahnprothesen.
- Teilen Sie dem Notarzt die Symptome und den Zeitpunkt des Auftretens mit.

Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe hält online einen Risiko-Test bereit unter <https://www.schlaganfall-hilfe.de/test>, der aus 13 Fragen besteht, für deren Beantwortung etwa zehn Minuten Zeit einzuplanen sind.

Verantwortlich für den amtlichen Teil: Der Bürgermeister

Copyright 2020 Gemeindeverwaltung * D – 97950 Großrinderfeld * Bezugspreis 3,-- € pro Quartal

Redaktion: Telefon 09349-920112

E-Mail: monika.haeusler@grossrinderfeld.de

Gemeindeverwaltung: Telefon 09349-92010, Telefax: 09349-920111, E-Mail: rathaus@grossrinderfeld.de

Öffnungszeiten: Rathaus Großrinderfeld: Montag – Freitag 8.00 Uhr – 12.00 Uhr und Donnerstag 14.00 Uhr – 18.30 Uhr

Verwaltungsstelle Gerchsheim: Dienstag 16.00 Uhr – 18.00 Uhr
