

Nachrichten

Auftragsvergaben für Begegnungszentrum

Herdwangen-Schönach Problemlos bewilligte der Gemeinderat in seiner jüngsten Sitzung mehrere Auftragsvergaben für das Begegnungszentrum. Das war für das Gremium umso einfacher, da mit der Ausschreibung der Vergaben für Schreiner-, Parkett-, Maler- und Fliesenarbeiten die Verwaltung beauftragt wurde. Bürgermeisterin Alexandra Kipp sammelte fleißig Vorschläge aus den Reihen des Gemeinderats, welche Firmen sie anschreiben soll. Die Estricharbeiten vergab das Gremium selbst für 6618 Euro an den günstigsten Bieter, wobei die Öffentlichkeit nicht erfuhr, welche Firma denn nun den Zuschlag erhalten hatte. Auf Anfrage des SÜDKURIER bestätigt die Kommunalaufsicht des Landratsamts Sigmaringen, dass bei Auftragsvergaben von Gemeinden der Name des wirtschaftlichsten Bieters und die Auftragssumme genannt werden sollten. Angaben zu weiteren Bietern werden mit Blick auf den Datenschutz nicht öffentlich gemacht. (siv)

Notizen

OSTRACH
Förderverein Musikverein Ost-rach: 14. Frauenkleiderbasar am Samstag, 22. März, 14 bis 16 Uhr, in der Buchbühlhalle. Der Erlös ist für die Jugendarbeit im Musikverein. Informationen unter frauenkleiderbasar-ost-rach@web.de.

Die Puppenbühne spielt am Sonntag, 16. März, 15 Uhr, die lustige Geschichte Zirkus Luigi Schokoletti. Eine Platzreservierung unter der Telefonnummer 07585/ 3315 ist erforderlich.

PFULLENDORF
Der Reit- und Fahrverein Aach-Linz trifft sich am Freitag, 21. März, um 19 Uhr im Gasthaus „Löwen“ zur Hauptversammlung. Dabei findet die Neuwahl der gesamten Vorstandschaft statt und es geht um die Erhöhung der Mitgliedsbeiträge. Da das Essen vorbestellt werden muss, wird um Anmeldung bis 14. März gebeten.

Ortschaftsrat Aach-Linz: Sitzung am Montag, 17. März, 20 Uhr, im Rathaus. Auf der Tagesordnung stehen Bauvoranfragen, Bauanträge sowie Bekanntgaben.

ILLMENSEE
Familien- und Altenhilfeverein: Hauptversammlung am Mittwoch, 19. März, 19.30 Uhr, im Dreiseeneck statt.

KRAUCHENWIES
Blutspende: Blutspendeaktion in der Waldhornhalle am Montag, 17. März, von 15 bis 19.30 Uhr. Termine können unter www.blutspende.de/termine gebucht werden.

Im Notfall keine Rücksicht nehmen

- Karate-Trainer unterrichtet 19 Teilnehmerinnen
- Kampftechniken gepaart mit Selbstbewusstsein
- Verstehen, welche Gefahr von einem Angriff ausgeht



VON LAURA RENNINGER

Illmensee Zum internationalen Weltfrauentag hatte Siegfried Forster, Leiter des Karate Dojo Illmensee, seinen jährlichen Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs für Frauen und Mädchen in der Drei-Seen-Halle angeboten. Von 9 bis 16 Uhr lernten und trainierten die 19 Teilnehmerinnen, im Alter zwischen zwölf und 40 Jahren, einfache, aber effektive Techniken zur Selbstverteidigung. Der Kurs begann mit einer kurzen Theorieeinführung und einem Aufwärmtraining. Die ersten Handgriffe hatten zum Ziel, die eigenen Handgelenke aus einem fremden, ungewollten Griff zu befreien und wurden nach langsamer, detaillierter Demonstration in Paaren geübt und wiederholt. Die Bewegungen sollen jeweils auf die „gute Seite“ ausgerichtet werden. „Nichts machen, was man reflexartig nicht auch tun würde und koordinativ nicht zu kompliziert gestalten“, erläuterte der Trainer.

DNA sammeln durch Griff ins Gesicht

Im Falle eines Würgegriffs gelte zunächst: Kinn nach unten, um Restluft zu generieren und sich anschließend mit der richtigen Technik aus dem Griff zu lösen. Immer wieder wurde der Griff ins Gesicht des angreifenden Gegenübers erwähnt, mit dem die verteidigende Person Schmerzen und Orientierungsverlust verursachen kann und somit Zeit zur Flucht oder Hilfesuche generiert. Gegebenenfalls können so auch DNA-Spuren gesammelt werden, die später zur Ermittlung des Täters führen können. Die Teilnehmerinnen erzählen dabei von Hemmungen, in die Zone eines fremden Gesichts einzudringen und diese sogar zu verletzen und auch sonst einem anderen Menschen Schmerzen und Schaden zuzufügen.

Dass dies im Ernstfall egal sein muss, betonte Forster und legte dar, wie einen ein Angriff, der beispielsweise in einer Vergewaltigung enden könnte, sein



19 Teilnehmerinnen beteiligten sich am Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs für Frauen und Mädchen in der Drei-Seen-Halle in Illmensee. Durchgeführt wurde er von Siegfried Forster, Leiter des Karate Dojo Illmensee. FOTOS: LAURA RENNINGER



Die 28-jährige Svenja Schweizer aus Pfrungen kam zum Selbstverteidigungskurs, um sich in Zukunft sicherer zu fühlen. Die 17-jährige Cayenne Frirdich aus Rorschwieler wurde durch ihre Freundin Schweizer zur Teilnahme am Kurs motiviert. Auch sie will ihr Sicherheitsgefühl stärken – vor allem in Hinblick auf Reisen ins Ausland.



Trainer Siegfried Forster führt das Lösen eines Griffes anhand einer Drehung vor.

ganzes Leben lang begleiten wird. Die Frauen sollen verstehen, was einem der Gegenüber antun würde und dass jeder das Recht habe, sich in Notwehr zu verteidigen. Bei Messerangriffen hingegen wird der Fokus aktiv auf die Flucht und das Bewegen aus der Angriffsrichtung gelegt.

Auf dem Tagesplan stand außerdem das Ausstrahlen von Selbstbewusstsein. Siegfried Forster erklärte, was bereits eine aufrechte Körperhaltung und eine laute Stimme im Ernstfall ausma-

chen können. Auch sei es wichtig, eine fremde, übergriffige Person zu siezen, um der Umgebung zu signalisieren, dass man nicht zusammengehört. Das aktive und spezifische Ansprechen von Leuten um sich herum, um nach Hilfe zu fragen und Zivilcourage einzufordern, wurde ebenfalls thematisiert.

Nach der Mittagspause wurden noch einmal einige Techniken wiederholt und die Befreiung aus einem Bodenkampf demonstriert und geübt, sowie die richtige Ausführung von Schlägen

und Tritten und das lautstarke und selbstbewusste Ausrufen des Satzes: Halt, stopp, lassen Sie mich in Ruhe. In der Halle und unter den Teilnehmern herrschte trotz des ernstesten Zweckes des Kurses eine lockere Atmosphäre, in der alle per-Du waren und einen sicheren Raum für persönliche Themen und Sorgen bot. Am Ende des Tages sollen sich alle selbstbewusster in ihrem Alltag fühlen und bewegen können und wissen, wie sie sich im Ernstfall gegen einen Angriff verteidigen können.

1,4 Millionen Euro für das „Öschle“

Gemeinderat beauftragt Ingenieurbüro mit der Auftragsvergabe für die Erschließung des Baugebiets in Herdwangen

VON SIEGFRIED VOLK

Herdwangen-Schönach Wieder einmal verfolgten etliche Besucher eine Sitzung des Gemeinderates, weil das Baugebiet „Öschle“ behandelt wurde. Im Fokus stand die Erschließung der 2,3 Hektar großen Fläche, in dem 26 Bauplätze ausgewiesen werden sollen. Vom Ingenieurbüro Kovacic erläuterten Jo-

nas Bath und Ela Muche die Entwurfsplanung, was die Straßenführung und die Entwässerung angeht. Deutlich wurde, dass die Topografie und schwierige Eigentumsverhältnisse sich auch auf die Erschließung mitsamt Kosten auswirken.

Die Verkehrsanbindung erfolgt durch eine Linksabbiegespur, wozu die Kreisstraße verbreitert wird. Dann wird eine Erschließungsstraße gebaut, mit der Mindestbreite von 5,30 Metern, flankiert von einem 1,80 Meter breiten Fußweg, wobei dieser aufgrund fehlender Fläche von einer auf die andere Straßenseite verlegt werden muss. Die

Straßenbreite sei auch für einen Begegnungsverkehr mit einem Lastwagen ausreichend, ergänzte Jonas Bath, dass diese Situation sicher nicht häufig vorkomme. Eine möglich Verkehrsgefährdung sieht er durch wahrscheinliche Ausweisung einer 30er-Zone weiter minimiert.

Schwierig ist nach Angaben der Ingenieure auch die Entwässerung des Baugebiets, das in zwei Gebiete aufgeteilt werden muss, denn für sechs Bauplätze braucht es eine separate Lösung. Das größere Areal soll über ein Sickerbecken mit insgesamt drei Kaskaden entwässert werden. Das kleinere Gelän-

de, gegenüber dem Sportgelände, könnte ebenfalls mit einer Versickerung entwässert werden, wozu man allerdings die Straße unterqueren müsste. Dazu soll am Freitag ein so genannter Sicker-versuch durchgeführt werden. Eine andere Lösung wäre der Bau einer technischen Versickerungsanlage, was die Kosten um 170.000 Euro auf 525.000 Euro erhöhen würde. Abhängig vom Sicker-versuch beschloss der Gemeinderat das Ingenieurbüro Kovacic mit der Ausschreibung der Erschließungsarbeiten zu beauftragen, wobei das Kostenvolumen zwischen 1,4 und knapp 1,6 Millionen Euro betragen würde.

Leute aus Pfullendorf und Sigmaringen



Hausmodenschau begeistert

„Der Zuspruch des Publikums war überwältigend“, freute sich Firmenchef Hans-Peter Langer über hunderte Besucher bei der Hausmodenschau des gleichnamigen Pfullendorfer Modehauses. Das engagierte Profimodelteam war ebenfalls vom großen Interesse der Besucher begeistert und freut sich schon auf die nächste Show im Herbst. Anika Langer stellte die neuesten Trends für Mode, Schuhe und die Verlosungen charmant und professionell vor. Die neu renovierten Räume gefielen den Besuchern und wurden ebenfalls positiv bewertet. FOTO: PRIVAT



Helfer bei Vesperkirche

Der Erste Beigeordnete Manfred Storrer hat tatkräftig bei der Vesperkirche in Sigmaringen mitgeholfen und mit anderen Ehrenamtlichen viele Gäste mit einem warmen Mittagessen versorgt, informiert die Stadtverwaltung. Bis zum 21. März laden die evangelische Kirchengemeinde Sigmaringen und die Stiftung der Zieglerschen aus Wilhelmstadt zur Vesperkirche ein. Jeden Tag gibt es von 11 bis 14 Uhr Mittagessen und Kaffee mit Kuchen, verbunden mit einem abwechslungsreichen Rahmenprogramm, Andacht und Abendveranstaltungen. Das Essen ist kostenlos und spendenfinanziert. Jeden Tag werden zwölf Ehrenamtliche in Küche und im Service benötigt. Insgesamt wirken mehr als 160 Menschen über den ganzen Zeitraum hinweg mit. FOTO: STADTVERWALTUNG