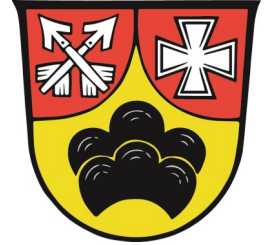


# MITTEILUNGSBLATT

## GEMEINDE STETTEN



Telefon: 08261/3886; E-Mail: rathaus@stetten-schwaben.de

Sprechzeiten: Donnerstag 15 - 18 Uhr

2022/04

Donnerstag, 27. Januar 2022

### Informationen für unsere Bürger

#### Sitzung des Gemeinderates Stetten

Am **Montag, 31.01.2022 um 19:30 Uhr** findet im Pfarrheim Stetten eine öffentliche Sitzung des Gemeinderates Stetten statt.

#### Tagesordnung:

1. Genehmigung der Niederschrift über die 24. öffentliche Sitzung
2. 3. Änderung des Bebauungsplanes "An der Unggenrieder Straße" - Abwägung der eingegangenen Stellungnahmen, Billigungs- und Auslegungsbeschluss
3. 2. Änderung des Bebauungsplanes "Stetten Nord II" - Billigungs- und Auslegungsbeschluss
4. Bauvoranfrage - FlSt. 119/10 Gemarkung Stetten - Nutzungsänderung; Umbau des bestehenden Stalds in zwei Wohneinheiten
5. Bauantrag - Sontheimer Str. 19 - Anbau eines überdachten Balkons
6. Bauantrag - Gronau 4 - Abbruch und Neubau des Wohnbereiches und Nutzungsänderung von Tenne und Stall beim bestehenden landw. Gebäude
7. Bauantrag - Alpenstr. 1 a - Anbau eines Kaltwintergartens an bestehendes Wohnhaus
8. Ortsrecht - Satzung für die Erhebung der Hundesteuer
9. Auftragsvergabe - Hauptstraße 34 - Hecken- und Buschwerkrodung

### Informationen für unsere Bürger

10. Auftragsvergabe - Bauhof Stetten - Erst- und Ersatzbeschaffungen
11. Auftragsvergabe - Neubau einer Kindertagesstätte und eines Bürger-saals - Baumeisterarbeiten
12. Vergabe Planungsauftrag - Neubau einer Kindertagesstätte und eines Bürgersaals - Elektrotechnische Ausrüstung - Leistungsphase 3 - 6
13. Vergabe Planungsauftrag - Baugebiet "Erisried Ost I" - LPH 1 - 5
14. Informationen und Anfragen

Eine nichtöffentliche Sitzung schließt sich an.

#### Wichtiger Hinweis:

- ⇒ Zutritt nur nach 3-G-Regelung (geimpft, genesen, getestet) jeweils mit Nachweispflicht
- ⇒ FFP2-Maskenpflicht

## Sonstiges

### Pressemitteilung Landkreis - Freizeit Jetzt Veranstaltungen für die 19. Unter- allgäuer Gesundheitswoche melden

Unter dem Motto „(R)Auszeit für Alle“ soll es vom 21. bis 29. Mai 2022 wieder viele Angebote geben.

Ab sofort können Gemeinden, Vereine und Bürger wieder Veranstaltungen für die 19. Unterallgäuer Gesundheitswoche melden. Die Gesundheitswoche findet von 21. bis 29. Mai 2022 unter dem Motto „R(Auszeit) für Alle“ statt. Ob Ernährungstipps von Profis, Nordic Walking für Seniorinnen und Senioren, ein Training zur Stressbewältigung, gesundheitsfördernde Angebote in Schulen und Betrieben oder digitale Präventionskurse: „Wir freuen uns über Live-Angebote genauso wie über Online-Workshops und andere kreative Formate - für eine abwechslungsreiche Gesundheitswoche benötigen wir wieder ein breit gestreutes Angebot zur Gesundheitsförderung“, sagt Organisator Tobias Klöck vom Landratsamt Unterallgäu. Wünschenswert wären laut Klöck auch Veranstaltungsformate, die unabhängig von der Entwicklung der Corona-Lage stattfinden können. Im Mittelpunkt der Gesundheitswoche stehen die fünf Elemente von Pfarrer Sebastian Kneipp: Wasser, Bewegung, Ordnung, Ernährung und Heilpflanzen. Ziel der Gesundheitswoche ist es laut Klöck, sich eine Auszeit zu nehmen, neue Kraft zu schöpfen und Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Auch Veranstaltungsangebote für unterschiedliche Zielgruppen, zum Beispiel für Menschen mit körperlichen Einschränkungen, sind möglich. „Alle Angebote, die eine Auszeit vom Alltag ermöglichen, sind willkommen“, so Klöck. Nähere Informationen zur 19. Unterallgäuer Gesundheitswoche erhalten Sie bei

## Sonstiges

Tobias Klöck unter Telefon 08261 995-643 oder Sie schreiben uns eine E-Mail an [tourismus@lra.unterallgaeu.de](mailto:tourismus@lra.unterallgaeu.de).

Weitere Informationen und ein Meldeformular für Ihre Veranstaltung finden Sie im Internet unter [www.ua-gesundheitswoche.de](http://www.ua-gesundheitswoche.de).

### Exerzitien im Alltag

In der Fastenzeit 2022 laden wir die Gläubigen der Pfarreiengemeinschaft Dirlewang zu „Exerzitien im Alltag“ mit dem Thema „Du bist uns nahe“ herzlich ein.

Der Begleiter zu „Exerzitien im Alltag“ ist heuer in die fünf Themen „Präsenz“, „Begegnung“, „Nähe und Distanz“, „Erkennen“ und „Mitgehen“ gegliedert. Jede Woche ist einem Thema gewidmet. Die Impulse möchten uns dabei begleiten, Gottes Nähe zu erfahren, Begegnungen zu wagen sowie die Spannung von Nähe und Distanz zu leben.

Die wöchentlichen Treffen dienen der Einführung in das jeweilige Wochenthema, dem Erfahrungsaustausch und dem Gebet. Ein Begleitheft und CD mit Liedern zu diesen Exerzitien unterstützt uns dabei mit Anregungen für die tägliche Meditation und Reflexion.

Anmeldungen bitte bis 11.02.2022 im Pfarrbüro unter

Tel. 08267 203 oder E-Mail

[pg.dirlewang@bistum-augsburg.de](mailto:pg.dirlewang@bistum-augsburg.de)

Beginn: Donnerstag, 03.03.2022 in der Pfarrkirche in Dirlewang (weitere Termine: 10.03./17.03./24.03. und 31.03.2022)

*Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.*

*Pater Julius, Pater Mario, Diakon Michael Bobritz*

## Sonstiges

### AOK Pressemitteilung - Gesunde Ernährung in der kalten Jahreszeit:

#### Wie geht regional und saisonal im Winter?

Viele Verbraucherinnen und Verbraucher setzen mittlerweile ganzjährig auf Obst und Gemüse aus der Region. „Als regional und saisonal gelten im Winter vor allem Kohl und Wurzelgemüse“, sagt Jutta Unger, Ernährungsexpertin der AOK Memmingen-Unterallgäu und betont, dass es reichlich Auswahl gibt, um sich abwechslungsreich zu ernähren. Die besondere Herausforderung ist es, die Produkte so zu ernten und zu lagern, dass sie die ganze kalte Jahreszeit den Winter hindurch verfügbar sind.

#### Wertvolle Inhaltsstoffe

„Regionales Wintergemüse ist reich an Vitaminen und Mineralstoffen und hilft uns, gerade im Winter der Witterung zu trotzen“, so Jutta Unger. Vor allem in den verschiedenen Kohlsorten wie Rosen-, Weiß-, Rot- und Grünkohl oder Wirsing sowie in Kartoffeln steckt viel Vitamin C, Steckrüben und gelbe Rüben liefern reichlich Pro-Vitamin A, Feldsalat und Grünkohl Eisen. Topinambur und Schwarzwurzeln enthalten besonders wertvolle Ballaststoffe. Alle Gemüsesorten sind reich an sekundären Pflanzenstoffen; so hilft etwa das Allicin aus Lauch, Zwiebeln und Knoblauch Entzündungen zu hemmen oder Bakterien und Viren abzuwehren. Ebenso wie Zuchtpilze ist Chicorée das ganze Jahr über eine Bereicherung des Speisezettels. „Lange Zeit standen die für Verdauung und Darmgesundheit so wichtigen Bitterstoffe nicht gerade hoch im Kurs und man hat sie den Pflanzen sogar gezielt abgezüchtet“, sagt Unger. Inzwischen gibt es hier ein Umdenken und leicht bitter

## Sonstiges

schmeckende Gemüse wie Chicorée erfreuen sich steigender Wertschätzung.

#### Vielfalt nutzen und genießen

Und auch auf Obst muss man nicht ganz verzichten, nur weil es kälter wird. Viele einheimische Apfelsorten lassen sich gut lagern und schmecken auch im Winter. Müsli oder Obstsalat kann man mit Nüssen und Trockenfrüchten verfeinern. „Bei den Trockenfrüchten ist wegen des hohen Zuckergehalts eher Zurückhaltung geboten“, sagt Jutta Unger. Nüsse gelten wegen ihrer hochwertigen Fette als gesund und passen deshalb sehr gut in die ausgewogene Winterküche. Wintermonate sind außerdem eine ideale Zeit für den Einsatz von Hülsenfrüchten und Vollkornprodukten. Diese ballaststoffreichen Lebensmittel liefern reichlich Mineralstoffe und halten den Darm gesund. Sprossen – bevorzugt von der eigenen Fensterbank und fermentiertes Gemüse wie Sauerkraut sind vitaminreich und ergänzen so optimal den Speisezettel in der kalten Jahreszeit. Von Nahrungsergänzungsprodukten hingegen rät Jutta Unger ab. „In Studien häufen sich die Hinweise, dass Essen mehr ist als die Summe seiner Inhaltsstoffe und isoliert aufgenommene Einzelbestandteile sogar eher schaden als nützen“, sagt die Ernährungsexpertin.

## Anzeigen

### Suche deutschsprachige Haushaltshilfe,

von Montag bis Freitag nachmittags, zur Betreuung meines 8-jährigen Sohnes in Stetten. Die Beschäftigung beinhaltet die Abholung von der Schule, Hausaufgabenbetreuung sowie kleinere Tätigkeiten zum Wohlbefinden meines Kindes. Interessenten können sich gerne unter folgender Nummer melden, Tel. 0175 5870923.

### Ehepaar sucht Haus zu kaufen

in Stetten, Mindelheim, Dirlawang oder näherer Umgebung.

Tel. 0173 9104575

### Pfarrstadl Erisried

Der Besuch unseres Lokals ist nur mit Reservierung möglich. Zum Mitnehmen nur auf Vorbestellung. Bitte für Beides bis Freitag anrufen. Danke für Ihr Verständnis! Verschiedene Burger (neu bei uns: Hähnchen-Burger), Salate klein, mittel, groß mit Thunfisch, Schafskäse oder Schinken u. Käse. Schnitzel, Cordon bleu mit Pommes. Hausgem. Kässpätzchen oder Krautkräpfen mit Salat. Zwiebelrostbraten mit Spätzle u. Salat, Käserahmschnitzel mit Spätzle. Sonntags zusätzlich Schweinebraten oder Krustenbraten mit Knödel u. Blaukraut. Voranzeige für Sonntag, 06.02.2022: Schweinefilet in Champignon-Rahm mit hausgem. Spätzle. Bitte immer bis Freitag vorbestellen.

*Danke! Fam. Weis, Tel. 0151 57431529*

## Anzeigen

### Resilienz - ganz bodenständig

Dieses Jahr sind wieder einige Seminare zum Thema „Selbstfürsorge“, „Umgang mit Krisen“ und und und... geplant!

Bodenständig bringe ich dir das Thema, mit vielen praktischen Übungen versehen, nahe. Die Übungen kannst du alle direkt in deinen Alltag integrieren um die Resilienz ständig weiter zu verbessern!

- \* Schnupperkurs „Was ist Resilienz?“: online
- \* Resilienz- für MICH – Seminar: online
- \* Resilienz & Therapie
- \* Zukunft?!? Jetzt lege ich los

Für die genauen Daten und Themen schaue auf meine Internetseite: [uebergluecktraining.com](http://uebergluecktraining.com)

oder schreibe mir eine E-Mail:

[julia.mueller@ueber-glueck.de](mailto:julia.mueller@ueber-glueck.de)

*Ich freue mich auf lebhaftere und abwechslungsreiche Kurse!*

*Eure Julia*

*ÜberGlück*

### Impressum

Herausgeber: Verwaltungsgemeinschaft Dirlawang,

Marktstraße 19, 87742 Dirlawang

V.i.S.d.P.: Frau Schmalholz

Tel.: 08267 9696-0

Email: [mitteilungsblatt@vg-dirlawang.de](mailto:mitteilungsblatt@vg-dirlawang.de)

Anzeigenschluss: Montag, 10:00 Uhr