

**Herausgeber:**

Gemeindeverwaltung Heitenried  
 Hauptstrasse 44, Postfach 36  
 1714 Heitenried  
 E-Mail: [gemeinde@heitenried.ch](mailto:gemeinde@heitenried.ch)  
 Internet: [www.heitenried.ch](http://www.heitenried.ch)  
 Telefon: 026 495 11 35

**ÖFFNUNGSZEITEN:**

Montag	08.00 – 11.00	14.00 – 17.00
Dienstag	08.00 – 11.00	14.00 – 17.00
Mittwoch	geschlossen	geschlossen
Donnerstag	08.00 – 11.00	14.00 – 17.00
Freitag	08.00 – 11.00	14.00 – 16.30

**Auflage  
 Nr. 2024-01**

Gemeinde Heitenried  
 670 Exemplare

**NOTRUFNUMMERN**

Polizei	117
Feuerwehr	118
Sanitätsnotruf	144
REGA	1414
Air-Glaciars	415
Vergiftungsnotfälle, Tox	145
Bürozeiten: <a href="mailto:info@toxi.ch">info@toxi.ch</a>	044 251 66 66
Strassenhilfe	140
Die dargebotene Hand	143
Telefonhilfe für Kinder / Jugendliche	147

**Wichtige Telefonnummern**

Ambulanz Sense	144
Ärztlicher Notfalldienst	0800 170 171
Dienstapotheke	026 304 21 40
HFR, Spital Tafers	026 306 60 00
HFR, Kantonsspital   Notfall Erwachsene	026 306 30 00
HFR, Kantonsspital   KidsHotline (Medi24)	0900 268 001
Spitex Sense	026 419 95 55

**Soziales**

Sozialdienst Sense-Mittelland	026 494 20 30
Berufsbeistandschaft Sense-Mittelland	026 494 09 49
Freiburg für Alle	0848 246 246
Jugendamt	026 305 15 30
Frauenhaus Freiburg	026 322 22 02
Krankensmobilenverleih (Samariterverein) Meuwly Klara	079 352 84 71

**Soziale Institutionen**

Wohn- und Altersheim Magdalena	026 495 16 44
Mütter- und Väterberatung	026 419 95 68
Tageselternverein Sense	026 494 30 67

**Kantonale Amtsstellen**

Polizei, Bezirksposten Tafers	026 305 74 60
Friedensgericht des Sensebezirks	026 305 86 70
Revierförster (Kaja Nagel)	079 767 20 87
Wildhüter (Martin Jelk – Aufsichtsgebiet 16)	079 329 48 80
Wildhüter (Dominik Zaugg – Aufsichtsgebiet 4)	079 826 53 27
Zivilstandesamt des Kantons Freiburg	026 305 14 17

**Schulen**

Primarschule Heitenried	026 495 14 94
Orientierungsschule Tafers	026 494 52 52

**INHALT**

Vorwort Ammann	2
Baugesuche	3
Aus dem Gemeinderat	3-6
Rubrik: Was läuft?	6-9
Trinkwasser-Info 2023	10-11
Rückblick Jubiläum Bibliothek	12-13
Gratulationen	14
Wir stellen vor	15-18
Inserate Dritter	ab 19

**ÖFFNUNGSZEITEN  
 SAMMELSTELLE PFANDMATT**

**Winterzeit (01.11. bis 31.03.)**

Montag	16.30 bis 18.30
Mittwoch	16.30 bis 18.30
Samstag	10.00 bis 13.00

**Sommerzeit (01.04. bis 31.10.)**

Montag	16.30 bis 19.00
Mittwoch	16.30 bis 19.00
Samstag	10.00 bis 16.00



Nächste Ausgabe: 15.06.2024  
 Redaktionsschluss: 15.05.2024

**Inserate nach dem Redaktionsschluss  
 können nicht berücksichtigt werden.**



# Vorwort

Im März 2024

Liebe Heitenriederinnen, liebe Heitenrieder – Werte Bürgerinnen und Bürger

Im Namen des Gemeinderates und der Gemeindeverwaltung wünsche ich allen ein glückliches neues Jahr und alles Gute für 2024.

Rückblickend auf das vergangene Jahr 2023 kann ich sicher sagen, dass es für unsere Gemeinde ein gutes Jahr war. Glücklicherweise mussten wir keine gravierenden Ereignisse mit Schäden erdulden.



Hier einige wichtige Ereignisse:

- Die Erneuerung der Schönfelsstrasse mit allen dazugehörigen Unannehmlichkeiten konnte zum grössten Teil fertiggestellt werden. Diesen Frühling wird schliesslich noch der Feinbelag angebracht. Der Gemeinderat dankt euch nochmals für das Verständnis und die Geduld, die ihr während der Bauphase aufgebracht habt.
- Der Pumptrack wurde erfolgreich realisiert und konnte im November unter Vorbehalt für die Heitenrieder-Bevölkerung frei gegeben werden. Im Frühling wird er fertiggestellt und am 20. April 2024 offiziell eingeweiht. Zur Freude aller wird dieser bereits fleissig benutzt.
- Zum ersten Mal organisierten wir in Zusammenarbeit mit dem Depot Gartenhandwerk unseren Adventsmärit, welcher ein grosser Erfolg war. Unser zuständiger Gemeinderat ist zurzeit in Kontakt mit Vereinen, um die Fortsetzung des Märts zu prüfen.
- Wir sind erfreut, dass unsere «Dorfbeiz» einen Besitzer und einen Pächter gefunden hat. Wir wünschen Daniel viel Erfolg und hoffen, dass Sie auch oft im Gasthof zu Gast sein werden.
- Eine gute Lösung konnten wir auch im Schulkreis Tafers-Heitenried finden, sodass unsere Klassen gesichert sind.

Für das neue Jahr ist der Gemeinderat zuversichtlich, dass es ebenfalls ein gutes Jahr wird. Im Rat haben wir eine sehr gute Stimmung und jede/jeder setzt sich voll zum Wohl unserer Gemeinde ein. Wir werden dieses Jahr das Projekt Renovierung/Erweiterung der Turnhalle aufnehmen. Es müssen Abklärungen betreffend Notwendigkeit und Bedürfnisse gemacht werden. Danach kann die Planung beginnen.

Die Gemeinderatsmitglieder machen sich dieses Jahr auch wieder «sichtbar». Die Daten dazu finden Sie in dieser Ausgabe auf Seite 6.

In der Verwaltung werden wir eine zusätzliche Person zur Verstärkung des Teams einstellen. Damit soll die Kompetenz und die Effizienz abgesichert werden, zum Wohle der Bevölkerung.

Herzliche Grüsse

Bruno Werthmüller, Ammann

## Aus dem Gemeinderat

SITZUNGEN VOM 08.01.2024 BIS 04.03.2024

Der Gemeinderat **genehmigt**

- die Anschaffung des Notstromaggregators Pflegeheim (PH) St.Martin
- die Stellenausschreibung und das Pflichtenheft für die 40% Stelle als Mitarbeiter/in Gemeindeverwaltung
- die Stellenausschreibung und das Pflichtenheft für die 60% Stelle als Finanzverwalter/in
- das Schulreglement des Schulkreises Tafers-Heitenried
- den Neubau für den Lift im PH St.Martin
- die Übernahme von Arbeiten durch die Gemeindeverwaltung für die Stiftung Vereins- und Kulturhaus
- den 3. Standort Kita Zauberschlössli
- die Verbuchung des Delkredere Steuern 2023
- das Organisationsreglement ARA Sensetal
- die Vergabe für die Erstellung des Revisionsprogramms für die Gesamtrevision der Ortsplanung
- Sanierung Schönfelsstrasse Etappe 2
- Planungskredit Flächenerweiterung Sanierung Turnhalle z.H. der Gemeindeversammlung
- die Traktanden zur ausserordentlichen Eigentümerversammlung Dorfzentrum
- die Jahresrechnung 2023

## Baugesuche

Der Gemeinderat hat folgende Baugesuche im **vereinfachten** Verfahren genehmigt:

- **Josef Schmutz + Elisabeth** Art. 3+325  
Heizungssanierung mit Anschluss an ein Wärmenetz
- **Ewald Ackermann** Art. 609  
Anbau gedeckter Sitzplatz mit Bedachung & Photovoltaikanlage

Der Gemeinderat hat folgende Baugesuche im **ordentlichen** Verfahren an das Bau- und Raumplanungsamt weitergeleitet:

- **Stefan Zahno** Art. 115 und weitere  
Einbau 2. Schnitzkessel mit Kamin in bestehender Heizzentrale und Erstellung eines Wärmeverbundes mit unterirdischen Leitungen

## Gemeindeversammlungen 2024

Die Gemeindeversammlungen 2024 sind am:

- Freitag, **3. Mai 2024** um 19.30 Uhr  
Gasthof St. Michael
- **Neues Datum:**  
Dienstag, **10. Dezember 2024** um 19.30 Uhr.  
Ort wird zu einem späteren Zeitpunkt kommuniziert.

## Einwohnerstatistik 31.12.2023

<b>Total Einwohner</b>	<b>1411</b>
Männer	729
Frauen	682
Zuzüge	52
Geburten	12
Wegzüge	65
Todesfälle	9
<b>Abnahme gegenüber 31.12.2022</b>	<b>-10</b>

## Schulwegentschädigung Kindergarten und Primarschule

Aufgrund der neuen Schulgesetzgebung hat der Gemeinderat, an seiner Sitzung vom 24. September 2018, eine Richtlinie Schulwegentschädigung erlassen. Diese kann auf unserer Homepage heruntergeladen werden.

Die Voraussetzungen für eine Entschädigung sind im Reglement zum Gesetz über die obligatorische Schule festgelegt. Es handelt sich um folgende Voraussetzungen:



Die Gesuche müssen, mit dem entsprechenden Formular, bis am 30. Juni des entsprechenden Schuljahres, bei der Gemeindeverwaltung eingereicht werden. Für das Schuljahr 2023 / 2024 müssen die Gesuche also bis am 30. Juni 2024 eingereicht werden.

## Personelles

### Wir stellen vor...

Die 41-jährige **Mai Poffet** tritt per 1. Juli 2024 die Nachfolge von Jacqueline Klaus als Finanzverwalterin in einem 60% Pensum an. Ab dem 5. April wird Frau Poffet bereits in einem 30% Pensum für die Gemeinde im Einsatz sein.

Nach einer kaufmännischen Grundausbildung hat sich Mai Poffet als Bankfachfrau weitergebildet und 2017 den Bachelor of Science in Betriebsökonomie an der HSW in Freiburg abgeschlossen. Zuletzt war sie als Bereichsleiterin „Dienste und Finanzen“ bei Pro Velo Schweiz in Bern tätig.

Frau Poffet ist in Schmitten wohnhaft, verheiratet und Mutter von zwei Kindern.

**Der Gemeinderat und das ganze Team der Gemeindeverwaltung wünscht Frau Poffet viel Freude an der Arbeit und wir freuen uns auf die Zusammenarbeit.**



## HERZLICH WILLKOMMEN



Die 31-jährige **Melanie Rumo** tritt per 1. Mai 2024 die neue Stelle als Mitarbeiterin auf der Gemeindeverwaltung in einem 40% Pensum an. Ab dem 1. April wird Frau Rumo bereits eingearbeitet.

Frau Rumo verfügt über eine kaufmännische Grundausbildung. Zuletzt war sie als Course und Office Managerin bei iimt (international institute of management in technology) an der Universität Freiburg tätig.

Frau Rumo ist in Heitenried wohnhaft, verheiratet und Mutter von zwei Kindern.

**Der Gemeinderat und das ganze Team der Gemeindeverwaltung wünschen Frau Rumo nach dem Mutterschutz einen guten Start, viel Freude an der Arbeit und wir freuen uns auf die Zusammenarbeit.**

## DANKE

Wir danken Jacqueline Klaus für die 5-jährige Tätigkeit als Finanzverwalterin bei der Gemeinde Heitenried und wünschen ihr für die Zukunft alles Gute.

Der Gemeinderat

## Haushaltskehricht



Zone 1	Zone 2	Zone 3
Dorf, Sodbach, Äbnet, Niedermuhren (Haus Nr. 3)	Hinter Schönfels, Wallismatt, Selgiswil, Widacher, Stockera, Käserei Wiler vor Holz, Wiler vor Holz, Mülimatta	Lettiswil
wöchentlich am Dienstag	1. und 3. Dienstag im Monat	alle 14 Tage am Dienstag Jeweils in den geraden Wochen

**Bitte den Kehricht erst am Sammeltag deponieren und mit einer Gebührenmarke versehen!  
Dieser muss bis um 7.00 Uhr bereitgestellt sein.**

## Sammelstelle Pfandmatta

ÖFFNUNGSZEITEN Winterzeit 01.11. bis 31.03.	Montag	16.30 – 18.30 Uhr
	Mittwoch	16.30 – 18.30 Uhr
	Samstag	10.00 – 13.00 Uhr
Betrieb der Sammelstelle	KEVAG AG   Telefon 026 494 11 57   Internet: www.kevag.ch	

ÖFFNUNGSZEITEN Sommerzeit 01.04. bis 31.10.	Montag	16.30 – 19.00 Uhr
	Mittwoch	16.30 – 19.00 Uhr
	Samstag	10.00 – 16.00 Uhr
Betrieb der Sammelstelle	KEVAG AG   Telefon 026 494 11 57   Internet: www.kevag.ch	

Das gehört ins Altpapier	Das gehört in die Kartonsammlung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zeitungen</li> <li>• Zeitungsbeilagen</li> <li>• Illustrierte* / Magazine*</li> <li>• Broschüren*</li> <li>• Prospekte*</li> <li>• Korrespondenzpapier</li> <li>• Recyclingpapier</li> <li>• Notizpapier</li> <li>• Telefonpapier</li> <li>• Bücher ohne Rücken</li> <li>• Kataloge</li> <li>• Fotokopien</li> <li>• Couverts aus Haushaltssammlungen</li> <li>• Fenstercouverts in geringen Mengen</li> </ul> <p>*ohne Plastikhüllen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grosse Mengen Couverts (Industrieabfälle)</li> <li>• Früchte- und Gemüsekartons (möglichst ohne Plastik-Klebestreifen)</li> <li>• Wellpape-Schachteln</li> <li>• Papiertragetaschen</li> <li>• Kartonschachteln</li> <li>• Eierkartons</li> <li>• Shredderware  aus Aktenvernichtern</li> <li>• Papierschnitzel</li> <li>• Packpapier</li> <li>• Zucker- und Gelierzuckerbeutel</li> <li>• Saubere Pizzaschachteln</li> <li>• Leere Waschmittelkartons</li> </ul>

## Maisingen

Wie in anderen Gemeinden des Kantons Freiburg, wird auch in Heitenried die Tradition des Maisingens gepflegt. Dieser Brauch bedeutet: Die Ankunft des Frühlings feiern und die warme Jahreszeit begrüßen.

Das traditionelle **1. Maisingen** wird in diesem Jahr am **Mittwoch, 1. Mai 2024**, stattfinden.

Das Maisingen wird in unserer Gegend vor allem von den Schulkindern gepflegt. Für die Neuzuzüger unserer Gemeinde mag es wohl sehr ungewohnt sein, wenn sie diesen Brauch zum ersten Mal erleben. Fällt der 1. Mai auf einen Schultag, haben die Kinder frei, um diesen Brauch ausüben zu können. Die Kinder werden von Haus zu Haus ziehen und ihre Lieder vortragen.

## DANKE

### Danke für den jahrelangen Einsatz – Gabriel Aebischer

Die Verteilung der Stimmzettel durch Privatpersonen hat in unserer Gemeinde eine lange Tradition. Diese Aufgabe wurde von den Herren Aebischer übernommen. Bereits Josef Aebischer, bekannt als "Unimog-Sepp", war in den 70er Jahren in dieser wichtigen Rolle für unsere Gemeinde aktiv. Gabriel, sein Sohn, trat in die Fussstapfen seines Vaters und übernahm diese verantwortungsvolle Aufgabe, als dieser mit den häufigen Wohnungswechseln in den Mehrfamilienhäusern etwas Mühe bekundete.



Wahlen © Etat de Fribourg - Staat Freiburg

Seit etwa 15 Jahren hat sich Gabriel dieser Aufgabe mit Hingabe und Engagement gewidmet. Er verteilte nicht nur das Stimmmaterial ausserhalb des Dorfes mit seinem Auto, sondern auch in den Quartieren, die er auf seinem Fahrrad erreichte.

Mit Bedauern, aber auch mit Verständnis, nehmen wir Kenntnis von seinem Entschluss, diese Tätigkeit aufzugeben. Anfangs Jahr durfte der Gemeinderat Gabriel als Zeichen der Wertschätzung und Anerkennung ein kleines Präsent überreichen.

## Rubrik «Was läuft...»

### Öffnungszeiten Gemeindeverwaltung

**Die Gemeindeverwaltung bleibt an folgenden Tagen geschlossen:**

Donnerstag, 28. März 2024 – Schalterschluss 15.00 Uhr  
Freitag, 29. März 2024 – geschlossen - **Karfreitag**

Montag, 1. April 2024 - geschlossen - **Ostermontag**

Donnerstag, 9. Mai 2024 – geschlossen - **Auffahrt**  
Freitag, 10. Mai 2024 – geschlossen

Montag, 20. Mai 2024 - geschlossen – **Pfingstmontag**

Donnerstag, 30. Mai 2024 – geschlossen - **Fronleichnam**  
Freitag, 31. Mai 2024 – geschlossen



## 1. August – Feier

Die Musikgesellschaft Heitenried lädt die Bevölkerung zur Bundesfeier am **Donnerstag, 1. August 2024** ein. Weitere Informationen erscheinen im nächsten heitenried(Info).



## Was\_isch\_das?

Für Jahrgang 1996 bis 2010

### Angebot für die Vereine

Sie möchten Ihren Verein näher vorstellen oder die Bevölkerung über einen bevorstehenden Anlass informieren?

#### Melden Sie sich!

Unser Social-Media-Experte Fabian Aebischer dreht mit Ihnen zusammen ein Video. Nutzen Sie diese Chance.



Kontakt: Fabian Aebischer 079 907 72 23 oder [fabian.aebischer@sensemail.ch](mailto:fabian.aebischer@sensemail.ch)



## Ungezwungener Austausch mit Mitgliedern vom Gemeinderat

Wie bereits im vergangenen Jahr folgt nun die Fortsetzung, wo der Gemeinderat weiterhin versucht, nah an der Bevölkerung zu sein. Ziel dieser Möglichkeit ist es, ungezwungen mit dem Gemeinderat zu sprechen.

Die Treffen finden wie folgt statt:

**Restaurant Sodbach, Samstag, 23. März 2024 - 9:30 - 11:00 Uhr.**

**Depot Gartenhandwerk, Samstag, 29. Juni 2024 - 9.30 - 11.00 Uhr.**

**Restaurant St. Michael, Samstag, 26. Oktober 2024 - 9.30 - 11.00 Uhr.**

Der Gemeinderat freut sich auf einen regen Austausch.

---

## Sie wollen wissen was im Dorf aktuell läuft?

Nutzen Sie die Gelegenheit und abonnieren Sie unseren Webseite-Newsletter.

Auf unserer Website können Sie sich News per E-Mail nach Hause bestellen. Erstellen Sie jetzt Ihren eigenen E-Mail-Account auf unserer Webseite: [www.heitenried.ch](http://www.heitenried.ch) unter der Rubrik **Aktuell ➔ Virtuelle Dienste ➔ Abo-Dienste**

### Abo-Dienste

Wir bieten Ihnen verschiedene virtuelle Dienstleistungen an. So können Sie sich News per E-Mail nach Hause bestellen. **BITTE BEACHTEN SIE:** Diese Dienstleistungen können nur beansprucht werden, falls Sie einen eigenen E-Mail-Account besitzen.

**Neuigkeiten**  
Mit diesem Service bekommen Sie immer die aktuellen Neuigkeiten der Gemeinde zugeschickt.

E-Mail

**Veranstaltungskalender**  
Sie erhalten einmal wöchentlich eine Übersicht über alle Veranstaltungen der nächsten zehn Tage.

E-Mail

E-Mail-Adresse\*

Ich bin ein Mensch FriendlyCaptcha



## Einweihung Pumptrack



Liebe Bürger:innen

Seit mehreren Wochen wird der neue Pumptrack schon sehr aktiv genutzt und bereitet viel Spass. Es fehlen noch einige Schlussarbeiten und dann ist er parat zur **offiziellen Eröffnung!** Die Gemeinde und der Verein MTB Heitenried laden dazu herzlich ein:

**Samstag, 20. April 2024, ab 14.00 bis Sonnenuntergang**

### Das Programm:

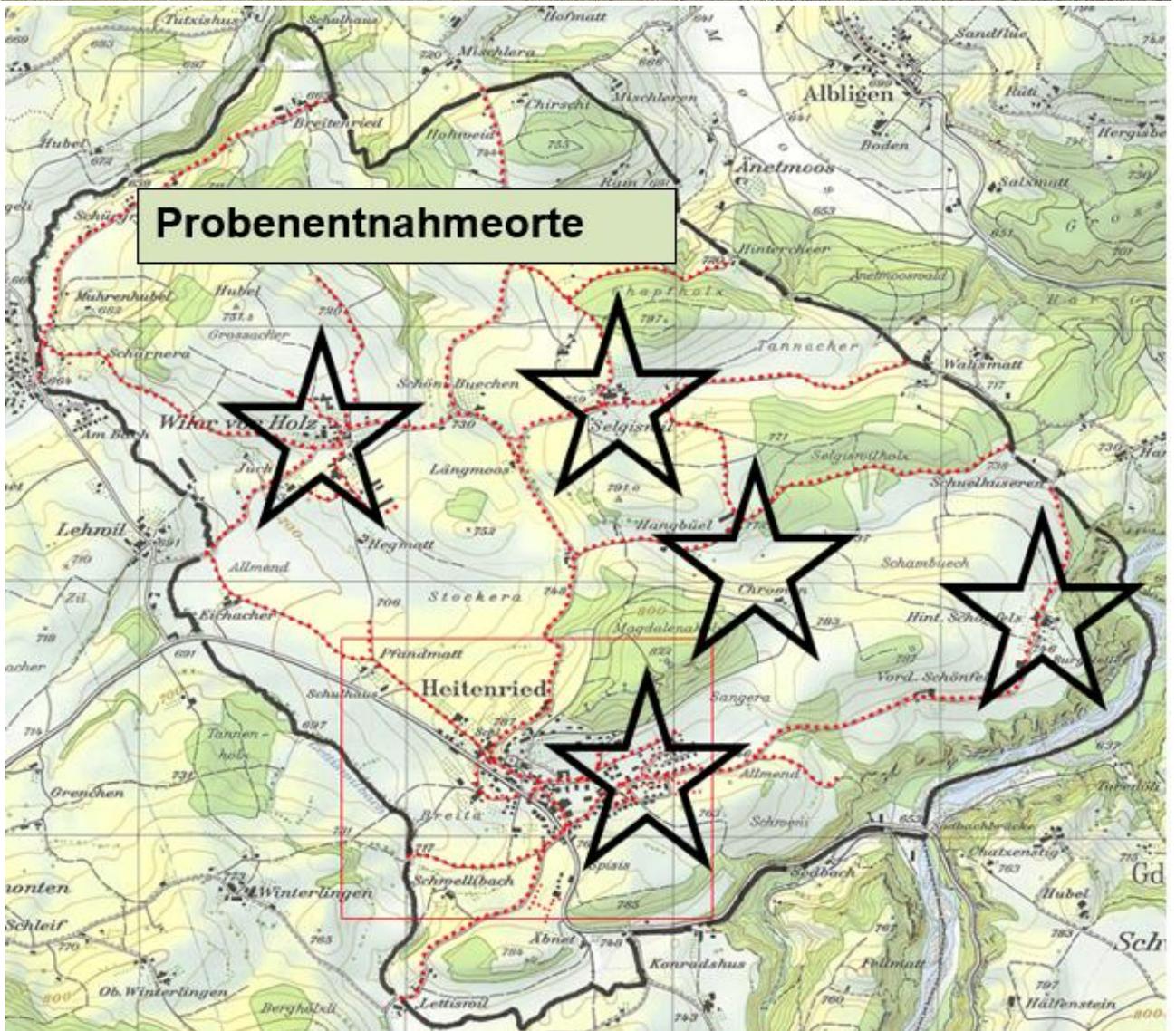
- **14.30 bis ca. 15.15: die Pumptrack-WELTMEISTERIN** Christa von Niederhäusern zeigt uns ihr Können, inklusive Autogrammstunde!
- **Sponsor:innen-Lauf der MTB-Kids:** In einem spannenden Gruppenwettkampf drehen die Kids möglichst viele Runden!
- **Verpflegung: Getränke** werden in der Buvette des FC Seisa 08 verkauft, ab 16.00 Uhr wird der Grill eingefeuert!
- **Ausprobieren:** Gerne mal selber auf dem Pumptrack fahren, aber keine Ausrüstung? Kein Problem: einer unserer Sponsoren, der **Swiss Bike Park**, stellt **Pumptrack-Velos & Helme zur Verfügung!**

Wir freuen uns!  
Gemeinde Heitenried & MTB Heitenried



# Trinkwasser-Info 2023

## Wasserversorgung Heitenried



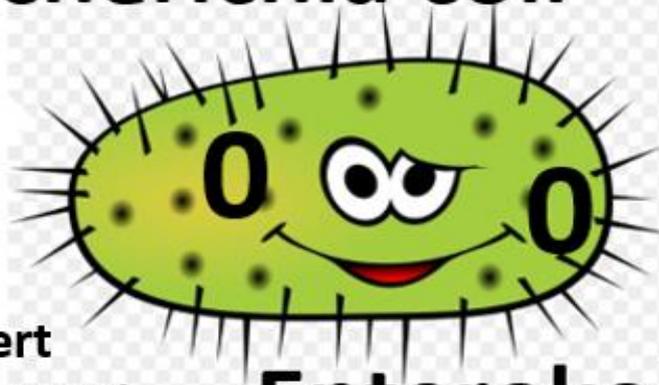
# Analyseresultate

Amt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen

## Escherichia coli

Fäkalkeime

Grenzwert  
max. 0/100ml



Enterokokken

Aerobe mesophile Keime Ø 1.5 /ml

min. 0 / max. 5

Grenzwert max. 300(Netz)-100(Quelle)/ml

Nitrat Ø 21.2 mg/l  
min. 15.0 / max. 26.0  
Grenzwert max.  
.. ..



Härte Ø 25.74  
°fH

**Bezüglich der analysierten Parameter  
entsprechen alle Proben den geltenden  
anwendbaren Normen.**

Die ausführliche Trinkwasser-Info 2023 kann auf der Webseite der Gemeinde konsultiert werden.

Für weitere Auskünfte wenden Sie sich an:

- ☞ Gemeindeverwaltung Heitenried
- ☞ Wasserwart Walter Maurer
- ☞ Gemeinderat Walter Maurer



# 1994 - 2024

## Bibliothek Heitenried

### Jubiläumsprogramm



#### Rückblick...

Erst noch am Ausklügeln und Organisieren, schauen wir nun schon auf die ersten Anlässe zurück!

#### Biblio-Kafi vom 27. Januar 2024

Bei Kaffee und feinem Zopf kamen wir in den Genuss vom Besuch einer kleinen Elfe! Ihr wollt mir nicht glauben?! Gerne erzähle ich euch davon...

Ein Mädchen mit einem dunkelgrünen Gewand, spitzen Ohren und einem bunten Büchlein in der Hand trat in den Raum und richtete sich auf dem grossen Sessel ein um uns aus ihrem selbst illustrierten und geschriebenen Buch vorzulesen!

In akzentfreiem Deutsch las uns die 10-jährige Sophie Schöpfer aus Schmittlen zwei Kapitel vor aus «Luisa - Die Retterin der Fabelwesen»: Luisa denkt sie sei ein ganz normales Mädchen, mal abgesehen davon, dass sie adoptiert wurde. Doch eines Tages lernte sie Lord of Dragonstone kennen, der Direktor eines Internates für menschenähnliche Magische. Er erklärt ihr, dass sie eine Elfe sei und von da an ging sie auf das Internat. Doch bald schon findet sie heraus, dass die magischen Wesen in Gefahr sind und sie macht sich mit ihrem Alicorn Sirrea auf in ein grosses Abenteuer...



#### Lesung mit Brigitta Wider vom 9. Februar 2024

Ein paar Kerzen vor dem Gartendepot liessen schon von Weitem erahnen, dass heute ein besonderer Abend ist! Cornelia Fasel und ihr Team hiessen uns herzlich willkommen im Gartendepot zur Lesung von Brigitta Wider. In der Gaststube war alles gemütlich hergerichtet und unsere Zuhörer wurden zuvorkommend bewirtet.

Brigitta Wider erzählte wie sie zusammen mit Ursula Birbaum die Bibliothek Heitenried aufgebaut hat und freut sich mit uns, dass heuer das 30-jährige Bestehen gefeiert werden kann.



Mit Charme und Witz trug Brigitta uns Geschichten aus dem Leben, Lebensgeschichten, Gedichte und Gedanken aus ihren Büchern vor. Eine kleine Auszeit war uns gegönnt...



Was Brigittas Erzählungen für Herz und Seele war, widerspiegelten Tabeas Köstlichkeiten. Luftig leichte Mini-Muffins – ein Genuss für das Auge und den Gaumen!

Demnächst...

## Lesung mit Christine Caron-Wickli

22. März 2024 im Gartendepot um 19.30 Uhr



«**Sophia**» Was tun, wenn der Sohn und Hofnachfolger vor Liebeskummer nicht mehr aus dem Bett kommt, im Stall die Kühe gemolken und die Pferde gefüttert werden sollen? Greti Vonlanthen, Bäuerin mit Leib und Seele, zögert nicht lange: Eine Praktikantin muss her. Wenige Wochen später trifft Sophia in Niedermuhren ein. Die Menschen im kleinen Sensler Dorf nehmen die junge Frau aus der Ukraine mit offenen Armen auf. Alle? Nein, nicht ganz ..., «**Perfekte Schweissnaht**» Was tun, wenn der Feind aus der Kindheit sich plötzlich als anständiger Kerl entpuppt? Pat kennt nur eine Strategie: Schnell weg, und zwar so weit wie möglich –

am besten bis nach Amerika. Ein Unfall macht ihr einen Strich durch die Rechnung..., «**Cash Chicken**» – drei Romane mit Stallduft aus dem Sensler Dorf Niedermuhren. Gespannt warten wir auf den Einblick in den dritten Band!

*Platzzahl beschränkt!* Einlass nur mit Tickets (Konsumationsgutschein)! Diese können vorab in der Bibliothek für Fr. 10.-- bezogen werden.

## Gratulation

### Schweizermeister 2024 Gruppe U17 Gewehr 10m aus Heitenried!



1. Rang: Nicolas Jenny, Irina Aebischer und Amanda Schaller  
15. Rang Elio Sauterel, Deborah Brüllhardt und Raphaela Jelk

Mit 589.7 Punkten gewann das Trio der Schützen Heitenried die Goldmedaille an der Schweizermeisterschaft 10m Gewehr in Bern. Nach dem 1. Rang am Kantonalfinal wurden sie der Favoritenrolle gerecht und gewannen den nationalen Titel!  
Herzliche Gratulation und Dank auch an den Erfolgstrainer Hermann Buntschu.

**Wir stellen vor:**



### **Betreutes Wohnen - Magdalena**

Das Wohn- und Altersheim Magdalena (Stiftung) wurde im Mai 1995 eröffnet.

### **Schlossgarten**

Das Wohn- und Altersheim Schlossgarten wurde im Mai 2016 eröffnet. Die Wohnungen sind hell, charmant, grosszügig und in bester Lage im Dorfkern.



### **Ansprechperson:**

Frau Mireille Werthmüller  
Leiterin Wohn- und Altersheim

026 495 16 44  
E-Mail: [Heimleitung@wahm.ch](mailto:Heimleitung@wahm.ch)

## Wohn- und Altersheim Magdalena

### Dienstleistungen für Bewohner/innen

- Cafeteria
- Verpflegungsmöglichkeit von drei Mahlzeiten
- Wäscheservice
- Wohnungsreinigung
- Betreuung durch Personal
- Organisation der Transporte (z.B. Medizinische Besuche)



### Zusatzleistungen

- Spitalexterne Krankenpflege SPITEX
- Mahlzeitendienst
- Gottesdienst
- Coiffeur
- Fusspflege

### Aktivitäten des Wohn- und Altersheim Magdalena

- Bewegung mit Spass
- Spiel- und Unterhaltungsnachmittage
- Ausflüge

### Platzangebot

- 4 x 1 Zimmerwohnungen (Studio)
- 10 x 2.5 Zimmerwohnungen
- Jede Wohnung verfügt über einen Keller
- Parkplatzmöglichkeit (kostenpflichtig)

## Wohn- und Altersheim Schlossgarten

### Platzangebot:

- 7 x 2.5 Zimmerwohnungen
- 2 x 3.5 Zimmerwohnungen
- Jede Wohnung verfügt über einen Keller
- Parkplatzmöglichkeit (kostenpflichtig)
- 1 Gemeinschaftsraum
- Es steht eine Gemeinschaftswaschküche zur Verfügung



## Die Stiftung

Die Stiftung Wohn- und Altersheim Magdalena stellt permanent ein Leistungsangebot für Betreuungsdienste zur Verfügung. Es bietet den Bewohnern Strukturen an, die es ihnen, je nach Gesundheitszustand, ermöglichen, den Lebensabend so selbständig wie möglich zu verbringen, vorausgesetzt, dass keine intensive, nächtliche Pflege notwendig wird.

## Stiftungszweck

Es werden Wohn- und Betreuungsmöglichkeiten für Pensionäre, Betagte und Alleinstehende angeboten.

## Stiftungsrat

Bruno Grossrieder	Präsident Stiftungsrat
Ursula Sahli	Präsidentin Betriebskommission
Gaby Aebischer	Mitglied
Doris Vögeli	Mitglied
Monika Zahno	Mitglied
Beatrice Schmid	Mitglied
Christan Durrer	Mitglied

## Heimleitung

Mireille Werthmüller



## Standorte

Wohn- und Altersheim Magdalena

Magdalenastrasse 6  
1714 Heitenried

Wohn- und Altersheim Schlossgarten

Dorfstrasse 28  
1714 Heitenried



 Wohn- und Altersheim  
Schlossgarten

 Wohn- und Altersheim  
Magdalena



## Ablenkung im Strassenverkehr So bleiben Sie fokussiert

Ablenkung und Unaufmerksamkeit gehören zu den häufigsten Unfallursachen im Strassenverkehr. «Hände weg von Handy, Navi und Co.» lautet deshalb die Devise – egal ob am Steuer, zu Fuss oder auf dem Velo und E-Bike.

Jedes Jahr gibt es rund 1100 Schwerverletzte und 54 Getötete bei Unfällen, die auf Ablenkung und Unaufmerksamkeit zurückzuführen sind. Während der Fahrt kann uns vieles ablenken: Smartphone, Navi, Radio oder das Greifen nach Gegenständen.

Wer abgelenkt ist, braucht länger, um auf eine Gefahr zu reagieren. Die Reaktionsgeschwindigkeit im Fahrzeug verlängert sich so um etwa ein Drittel.

Multitasking gilt es deshalb zu vermeiden. Besonders das Smartphone gehört in die Tasche, wenn man unterwegs ist. Und das Navi lässt sich auch vor der Fahrt programmieren.

Wer ausserdem den Verkehr immer aufmerksam beobachtet, kann noch schneller reagieren. Und gibt es trotzdem mal etwas Wichtiges zu erledigen: kurz anhalten.

### Die wichtigsten Tipps

- Multitasking vermeiden
- Smartphone in der Tasche lassen
- Verkehr im Blick behalten
- Navi im Auto vor der Fahrt programmieren
- Wer während der Fahrt etwas Wichtiges erledigen muss: kurz anhalten

Übrigens: Aufmerksamkeit lohnt sich für alle Verkehrsteilnehmenden. Das Smartphone lenkt auch auf dem Velo, E-Bike, Töff und zu Fuss ab.

Mehr zum Thema auf [bfu.ch/ablenkung](https://bfu.ch/ablenkung)





# Der Landfrauen- und Mütterverein lädt herzlich ein:

## Ökumenische Fastensuppe

Freitag, 29. März 2024 von 11:00 bis 13:00 Uhr  
im MZG Pfandmatta.



Zum Dessert gibt's feine "♥-Brätzele".

## Häkelkurs Lampion

Wann: **Mittwoch, 24. April 2024 von 19:00 bis ca. 21:30 Uhr**  
Leitung: Jacqueline Wenger  
Thema: Häkle unter fachkundiger Anleitung dein eigenes Lampion für deinen Garten oder Balkon. Verschiedene Garne stehen zur Auswahl.  
Ort: Depot Gartenhandwerk (alte Käserei)  
Kosten: Mitglieder Fr. 50.- / Nichtmitglieder Fr. 60.-  
Teilnehmer: max. 12 Personen  
Mitbringen: Häkelnadel Nr. 3 (falls vorhanden)  
Anmeldung: bis 04.04.2024 bei Daniela Tschanz  
079 334 51 28 oder [info@lmvheitenried.ch](mailto:info@lmvheitenried.ch)



## Fussmarsch zur Kapelle Obermonten



Montag, 3. Juni 2024

Fussmarsch: 19:00 Uhr beim Kirchenparkplatz Heitenried  
Wortgottesdienst: 20:00 Uhr bei der Kapelle Obermonten

Anschliessend findet das traditionelle Meringue-Essen (draussen) statt. Die Rückfahrt ist organisiert.

Alle Veranstaltungen: [www.lmvheitenried.ch](http://www.lmvheitenried.ch)

**BLUMENMARKT  
ZUM MUTTERTAG**

**11.05.24 08.00-12.00 Uhr**

Vereins- und Kulturhaus

Zum Muttertag verkaufen wir Schnittblumen, Gestecke, Topfpflanzen, Geranien und vieles mehr an unserem traditionellen kleinen aber feinen Blumenmarkt im Vereinshaus.

Eine Tasse Kaffee oder Tee mit einem feinen Stück Kuchen oder Torte rundet Ihren Besuch bei uns ab.



**Gesucht**

**Kirchenreinigung**

Wir suchen Personen, die bereit sind, einmal im Jahr bei der grossen Kirchenreinigung mitzuhelfen.

Die Reinigung findet an einem Dienstagnachmittag im Mai oder Juni statt und dauert ca. 3 Stunden. Die Helfenden erhalten eine kleine Entschädigung und ein Zvieri.

Interessierte können sich melden bei Iris Huckschlag, Tel.-Nr. 026 495 02 84 (abends) oder im Pfarramt 026 495 11 34 ([pfarramt@pfarrei-heitenried.ch](mailto:pfarramt@pfarrei-heitenried.ch)).

JUBLA HEITENRIED

MUTTERTAGS  
*Brunch*

---

12. MAI 2024 | 9:30 - 13:00 UHR

PFANDMATT HEITENRIED

Kinder bis 5 Jahre: gratis  
Kinder ab 6 Jahre: CHF 10.-  
Erwachsene (ab 16 Jahre): CHF 25.-





*Der Besinnungsweg ist ein Projekt der Seelsorgeeinheit Sense Mitte. Auf dem Jakobsweg zwischen Sodbach und Tafers gibt es 12 Stationen mit Texten zum Thema Schöpfung, die zum Nachdenken anregen.*

# Besinnungsweg

## Einweihungsfeier

Samstag 20. April / 14.00 Uhr

vor dem Pfarreihaus St. Antoni

- Einweihung + Segnung
- Gemeinsames Apéro
- Danach individuelles Spazieren

# Befreiung aus der Schuldenspirale und Zugang zu besserer Nahrung

## Benin



Pont Universel unterstützt die Bildung und Organisation von 11 Solidaritätsgruppen von Frauen und 9 gemischten Gruppen. Getragen werden die Gruppen hauptsächlich von Frauen aus verschiedenen Familien, mit dem Ziel sich gegenseitig zu unterstützen, die wichtigsten Probleme zu erkennen und kleine gemeinsame Projekte mit ihren eigenen Ressourcen zu realisieren.

Nach zwei Jahren des Dialogs und der Begleitung verstehen die Mitglieder der Solidaritätsgruppen die Gründe der Ernteverluste und des Teufelskreises der Verschuldung, in welchem eine Mehrheit der Haushalte steckt. Vorschläge zur Überwindung der Mangelernährung wurden im Anschluss an die Analyse ihrer Lebenssituation erarbeitet.

Die Männer wurden bei diesen Fragen vermehrt mit einbezogen. Gemeinsam haben sie landwirtschaftliche Aktivitäten realisiert: Gemüseanbau, Transformation von Reis und Karité. Die traditionellen örtlichen Behörden und der Bürgermeister unterstützen die Solidaritätsgruppen in ihren Aktivitäten.

## Besonderheit und nächste Etappe

Dieses Projekt kommt im Wesentlichen ohne materielle Assistenz aus. Es ist begründet auf der Mobilisierung der in der Solidaritätsgruppe vorhandenen Ressourcen, was durch die Begleitung ermöglicht wird.

Für die Jahre 2024 bis 2026 haben sich die Mitglieder für eine Priorität entschieden: Von der konventionellen Landwirtschaft auf Agrarökologie umzusteigen, die es ermöglicht, eine gesunde und ausgewogene Ernährung zu produzieren – genügend für die Familien und die Kinder.



### Solidarisches Freiburg, der Freiburger Verband der internationalen Zusammenarbeit kofinanziert dieses Projekt

Solidarisches Freiburg steht für:

Projekte von hoher Qualität: Jedes Projekt wird von den Expert-inn-en der technischen Kommission nach strikten Kriterien analysiert.  
Nachvollziehbare Resultate: Die Finanz- und operationellen Rapporte jedes Projekts werden analysiert.

Transparenz: Solidarisches Freiburg legt Rechenschaft ab über die Verwendung der investierten öffentlichen Gelder, informiert über den Verlauf und die Resultate der Projekte in aller Transparenz.

[www.fribourg-solidaire.ch](http://www.fribourg-solidaire.ch)

**Jeder Beitrag ermöglicht uns, die Projekte unserer Mitglieder zu unterstützen  
Mit 1 Franken pro Jahr und Einwohner ist es möglich**



### Fragen zum Thema Alter und Gesundheit?

Sie suchen Unterstützungsangebote,  
einen Pflegeheimplatz, eine Tagesstätte,  
Finanzierungsmöglichkeiten, einen Fahrdienst?  
Die Koordinationsstelle informiert.

### Rufen Sie uns an!

Montag – Freitag: 08.30 – 11.30 Uhr

**026 505 22 82**

[gn.sense@hin.ch](mailto:gn.sense@hin.ch)



### Wohnen mit Betreuungsmöglichkeiten (bei Bedarf)

Zu vermieten nach  
Vereinbarung im

**Wohn- und Altersheim  
Magdalena**  
Magdalenastrasse 6  
1714 Heitenried

### Studio

Miete CHF 600.00  
Akonto NK CHF 130.00

Stiftung Wohn- und Altersheim  
Magdalena, 1714 Heitenried  
Werthmüller Mireille, Heimleiterin  
Telefon 026 495 16 44  
[heimleitung@wahm.ch](mailto:heimleitung@wahm.ch)

Professionelle Fotoshootings  
für Neugeborene, Familie, Paare und Einzelpersonen

karin felderer   
fotografie



Auf meiner Webseite [www.kf-fotografie.ch](http://www.kf-fotografie.ch) finden Sie  
alle wichtigen Informationen zum Fotoshooting oder rufen Sie mich an,  
ich freue mich und gebe Ihnen gerne weitere Auskünfte.



Karin Felderer  
Pfandmattstrasse 55  
1714 Heitenried  
076 432 92 26

# Kleider- und Spielzeugbörse Heitenried/St. Antoni (Frühling/Sommer)



Vom **Baby** bis zum **Teenager**;  
für alle etwas dabei.  
Komm vorbei!



**Samstag, 16. März 2024**  
**von 09.00 bis 13.00 Uhr**  
Mehrzweckgebäude Pfandmatta, Heitenried

Mit einer Kaffee- und Kuchenecke für einen guten Zweck!

Bei uns findest du Kleider für **Babys, Kinder** und  
**Teenager** (Gr. 50 bis 176, XS,S...);  
Schuhe, Spielsachen, Bücher, Sportgeräte, Kinderwagen,  
Autositze und vieles mehr!!!

*Das erste Mal etwas zu verkaufen?*

*Kontakt: Corinne Blanchard, Tel. 079 200 95 16  
oder [fam.blanchard@sensemail.ch](mailto:fam.blanchard@sensemail.ch)*

## WARENANNAHME

- **Freitag, 15. März 2024:**  
**10.00 bis 11.00 Uhr und 16.00 bis 18.00 Uhr**

*Wer Ware zum Verkauf bringt, darf mit seiner Eintrittskarte  
am Samstag bereits von 8.00 bis 9.00 Uhr einkaufen.*



## WARENRÜCKGABE

- **Samstag, 16. März 2024:**  
**17.00 bis 18.00 Uhr**

Wir freuen uns auf zahlreichen Besuch!

das Börsenteam  
Heitenried/St. Antoni

# FRÜHLINGSFEST

PFARREIZENTRUM ST.ANTONI

FREITAG, 26. APRIL 2024  
AB 18:00 UHR



## Musigstübe & Festwirtschaft

Hamme & Salatteller  
Raclette  
Kaffee und Torten  
Tombola



Samstag, 6. April 2024

[www.heitenriederlauf.ch](http://www.heitenriederlauf.ch)

Morgen: Kinder und Jugendliche  
Nachmittag: Erwachsene

## *Biken am Dienstag*

Treffpunkt: alte Käserei Heitenried

Wann: jeden Dienstag um 18h30  
April bis September

Dauer: 1.5 bis 3 Std

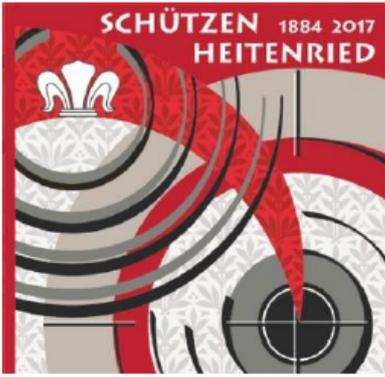
Keine Anmeldung nötig

Auskunft:

- Jean-Marie Bourqui  
079 321 75 52
- André Linder  
079 269 49 40

Herzlich willkommen!





# Tag der offenen Schützenhäuser Schützen Heitenried

## Samstag, 13. APRIL 2024

Verpflegungsmöglichkeit ab 12.00 Uhr

Bratwurst und Brot CHF 6.00

### Rahmenprogramm:

10.00 – 12.00: 10m Luftgewehrschiessen (gratis)

13.30 – 15.30: Betreutes Schiessen 300m (gratis)

Wo: Schützenhaus Heitenried, Schöfelfsstrasse 49, 1714 Heitenried

Zur Verstärkung unseres Teams  
suchen wir ab 1. Juni 2024 oder  
nach Vereinbarung

### Mitarbeiter/in

für die Betreuung unserer BewohnerInnen  
sowie die Mithilfe im Hausdienst.

Pensum: ca. ein Tag pro Woche und jedes  
fünfte Wochenende.



Kontaktperson:  
Mireille Werthmüller  
Heimleiterin  
Magdalenastrasse 6  
1714 Heitenried  
026 495 16 44  
heimleitung@wahm.ch

## Sonntag, 7. April 2024

um 19.30 Uhr

Restaurant Senslerhof, St. Antoni

20 Serien: Quines Fr. 40.-  
Doubles-Quines Fr. 60.-  
Kartons Fr. 100.-

1 x Fr. 400.-  
**HORNER**  
Romandie

Sachpreise und  
Gutscheine

Abonnementspreis: Fr. 10.-  
6er Abonnementspreis: Fr. 55.-  
Zusatzkarten für je 5 Gänge: Fr. 3.-

Kartenverkauf ab 18.30 Uhr

Freundliche Einladung:

**Gemischer Chor Heitenried**

# LOTTO

The background of the entire page is a vibrant, repeating pattern of tropical leaves. The leaves are in various shades of green, yellow, and blue, set against a white background. The pattern includes large, lobed leaves like Monstera and smaller, feathery leaves like ferns. A large, dark green circle is centered on the page, containing the main text.

# Jublalager im Haus

**10. – 19. Juli 2024**

Das Hauslager findet dieses Jahr in  
Weissbad, Appenzell Innerrhoden statt.

Teilnehmen können alle zwischen der 2. und  
9. Klasse (4H – 11H)

Weitere Infos folgen noch



# Alex heisst Sie herzlich willkommen!

**frimobil**  
Einfach unterwegs



Sie sind gerade erst umgezogen und möchten die Vorteile Ihrer neuen Wohngemeinde entdecken? Sie haben genug von Staus, Ihnen liegt die Umwelt am Herzen oder Sie suchen einfach möglichst günstige Transportmöglichkeiten? Dann haben wir die Lösung für Sie.

**Als neue Einwohnerin / neuer Einwohner der Gemeinde** können Sie die öffentlichen Verkehrsmittel von Frimobil eine Woche lang für nur CHF 10.– testen.

Wenn Ihnen das öffentliche Transportangebot zusagt, profitieren Sie beim Kauf eines Frimobil-Jahresabonnements von einem Rabatt zwischen CHF 75.– und CHF 150.–

---

## Möchten Sie das (unverbindliche) Willkommenspaket der öffentlichen Verkehrsmittel erhalten?

Kontaktieren Sie uns unter [info@frimobil.ch](mailto:info@frimobil.ch) mit Angabe Ihrer Kontaktdaten sowie einer Kopie Ihrer Wohnsitzbescheinigung. Auf [frimobil.ch](http://frimobil.ch) finden Sie unseren Preisvergleichsrechner und alle Informationen, die Sie für die Fahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln benötigen.

---



## Das Jahresabonnement lohnt sich!

**3 Monate geschenkt + Vorteile**

 Mehr Informationen finden Sie unter [frimobil.ch](http://frimobil.ch) in der Rubrik **Abovorteile**.



# TAG DER OFFENEN TÜR

20. APRIL 2024 | 09H00 – 15H00



BERATUNG  
SHAKE & RIEGEL DEGUSTATION  
TESTEN VON VERSCHIEDENEN GERÄTEN

SHOCKWAVE GYM GmbH  
Hauptstrasse 32  
1713 St. Antoni  
[www.shockwave-gym.com](http://www.shockwave-gym.com)





## Bringen Sie Leben in Ihren Garten!

Die Wildblumenwiese ist mehrjährig und extrem blütenreich. Wuchshöhe ca. 80 cm. Hauptblüte im Mai, zweite Blüte im August. Sie bietet zahlreichen Insekten z.B. Wildbienen, Schmetterlingen, Käfern, Schwebefliegen, Grillen, Grashüpfern, etc. Nahrung und Unterschlupf.

**Wildblumenwiese 200 gr. Fr. 24.95**



## Vertikutieren:

Es empfiehlt sich, regelmässig den Rasen zu vertikutieren – so erzielt man längerfristig einen attraktiven, gesunden Rasen. Das Vertikutieren ist dabei so grundlegend wie etwa das Mähen oder Düngen.

**Zeitpunkt: April – Mitte Mai**

**Mietgerät in Ihrer Landi Heitenried**

(Bitte frühzeitig reservieren)!

## Aussaat: Anfang April bis Ende Mai

Rasensamen UFA Univert	2.5 kg	Fr. 19.95
Rasensamen UFA Univert	1 kg	Fr. 10.95
Rasensamen UFA Univert (Regeneration)	500 g	Fr. 8.20
Reperatur Kit	1 kg	Fr. 18.95
Univert Highspeed	1 kg	Fr. 10.95
Rasendünger Capito Sofortwirkung	5 kg	Fr. 13.50

## Hochbeet – der praktische Garten direkt vor der Türe

Bei uns finden Sie eine grosse Auswahl an Hochbeeten, wir beraten Sie gerne.



**Das Team der Landi Heitenried freut sich auf Ihren Besuch!**