

**Hilfe gegen Rückenschmerzen**

Was kann ich gegen Rückenschmerzen tun? Dazu gibt Max Maier-Lenz, Physiotherapeut M.A. und lizenziertes Rückenschulleiter, am Donnerstag, 21. Januar, 19.30 Uhr, umfassend Auskunft. In seinem Vortrag legt er den Schwerpunkt auf Bandscheibenerkrankungen. Die Teilnehmer erhalten praktische Übungshinweise zum Eigentaining. Die Veranstaltung findet im Gesundheitszentrum Hölderle-Carré, Heinrich-von-Stephan-Str. 5, statt. Der Eintritt ist frei. Anmeldung und Info unter 07 61 / 76 78 - 200 oder per Mail an gzhc@mooswaldklinik.de.



**Glücksmomente beim „Circolo“**

Am 5. Januar wurde der Freiburger „Weihnachts-Circus Circolo“ zum Treffpunkt für Stars und Sternchen bei der Glücksmomente-Benefizveranstaltung zu Gunsten benachteiligter Kinder. Aufgerufen dazu hatte der Verein „Wir helfen Kindern e.V.“ und die Wilhelm-Oberle-Stiftung in Kooperation mit der Stadt Freiburg und dem Circolo. Vor ausverkauftem Haus bildeten sich lange Warteschlangen, die wieder einmal zeigten wie die Freiburger diese Aktion unterstützen. Das Bild zeigt die Prominenten und Mitwirkenden mit dem Scheck über den Erlös der Eintrittsgelder von 10.156 Euro.

FOTO: UTZ/ZVG

**Hier können Schüler sparen**

**RVF-Gipfelwochen: Drei-Stunden-Liftkarte am Feldberg für nur 14 Euro mit der RegioKarte Schüler**

Wenn die Schneehänge verschneit sind, geht es für viele junge Menschen nach der Schule ab auf die Piste. Dabei gibt es für Schüler auch etwas zu sparen: Inhaber der RegioKarte Schüler/Azubi können bis zum 5. Februar 2016 bei den „RVF-Gipfelwochen“ günstiger Snowboarden oder Skifahren.

**Gewinnen bis 31. Januar**

Nach Vorlage ihrer aktuellen RegioKarte Schüler/Azubi kostet die Drei-Stunden-Liftkarte an den Kassen am Seebuck oder Grafenmatt unter der Woche nur 14 Euro. Diese Kooperation haben der Liftverbund Feldberg und der Regio-Verkehrsverbund Freiburg (RVF) anlässlich von



Mit den RVF-Gipfelwochen fahren Sparfüchse günstiger FOTO: RVF

„125 Jahre Skilauf im Schwarzwald“ vereinbart. An den Kassen wartet außerdem noch eine kleine Überraschung auf die Jugendlichen. Bis zum Sonntag, 31. Januar werden unter [www.regiokarte-schueler.de](http://www.regiokarte-schueler.de) zusätzlich fünf Tagesskipässe für den kompletten Liftverbund verlost.

Aber aufgepasst: Das Angebot der „RVF-Gipfelwochen“ gilt nicht an den Wochenenden, für Online-Ticketkäufe sowie an anderen Kassen als auf dem Feldberg (zum Beispiel am Lift in Altglashütten).

Infos zu den RVF-Gipfelwochen auf [www.regiokarte-schueler.de](http://www.regiokarte-schueler.de). Dort werden bis Sonntag, 31. Januar außerdem fünf Tageskarten verlost.

**Führungswechsel bei Maertin & Co.**

**Tochter Stephanie übernimmt Leitung und Aktien**

**Mit der Übergabe der Firmenanteile von Axel Maertin auf Stephanie Maertin beginnt beim technischen Fachhandel Maertin & Co. AG nun offiziell die vierte Generation.**

Das im Jahr 1949 von Großvater Otto Maertin gegründete Unternehmen wurde zuerst von Urgroßvater Karl Maertin geführt, bevor es 1967 an Axel Maertin übergeben wurde. Nach einer Hotelfachlehre im Freiburger Colombi Hotel und einem Managementstudium kam Tochter Stephanie Maertin dann 2010 in das Familienunternehmen. Mehr und mehr wurden Führungsaufgaben übertragen, so dass nun der perfekte Zeitpunkt gekommen ist, den Stab vollständig in die Hand der jungen Generation zu übergeben. Zurückziehen möchte sich Axel Maertin aber noch nicht, er wird noch einige Jahre an der Seite seiner Tochter das Geschehen im Vorstand begleiten.

Zum 1. Januar hat der jetzige Geschäftsführer und Vorstand Axel Maertin die Geschäftsführung an seine Tochter übergeben. Einher damit geht die Übergabe der Aktienanteile. Axel Maertin wird jedoch noch mindestens drei Jahre an der Seite seiner Tochter im Vorstand sein, bevor er dann mit 75 in den Ruhestand gehen möchte.

Stephanie Maertin: „Ein erfolgreicher Generationenwechsel setzt viele Dinge voraus. Aber das A und O ist für mich, dass beide Seiten, Senior und Junior, es wirklich wollen und auch privat ein gutes Verhältnis haben. Nur wenn die ältere Generation bereit ist, langsam loszulassen und die jüngere Generation bereit ist, Ratschläge anzunehmen, dann kann ein Miteinander erfolgreich funktionieren. Ich bin sehr froh, dass dies nie ein Thema bei uns war. Von der ersten Minute an haben wir als Team gearbeitet.“ (fwb)



Stab- bzw. Schlauchübergabe an die nächste Generation bei der Maertin & Co. AG: Stephanie Maertin und ihr Vater Axel Maertin FOTO: PRIVAT

**HWH ...**  
HOTEL WINDENREUTER HOF

**NÄRRISCHER BRUNCH**  
Fasnachtssonntag 7. Februar  
Vor dem Umzug genießen Sie die beliebte Kombi aus reichhaltigem Frühstück, einem Glas Sekt, Mittagessen und Dessert zum närrischen Preis von 2x € 11,11 – Kinder bis 5 Jahre frei, 6–11 Jahre halber Preis

Sonntag, 14. Februar  
**VALENTINSTAG**  
Mit der ganzen Familie mittags das Family-Valentine-Buffer ab 12.00 Uhr genießen. Pro Person € 25,00  
Für die Kids gibt es ein extra Kinderbuffet! Abends bereiten wir Ihnen zauberhafte Stunden bei Kerzenschein und Klaviermusik mit dem romantischen 4x4 Menü ab 17.30 Uhr  
Pro Person € 39,00 inkl. Sektempfang

**SONNTAGS-BRUNCH**  
Am 24.1., 21.2., 6.3., 10.4., 1.+22.5., 5.6.2016, ab 10.00 bis 14.00 Uhr pro Person € 23,00

**OMA'S KÜCHE**  
Mit einer Suppe in der Terrine und einem Sonntagessen wie bei Oma auf dem Tisch  
31.1., 28.2., 20.3.2016  
Ab 12.00 Uhr zum Preis von € 17,00  
Bei allen Aktionen ist eine Tischreservierung erforderlich.  
Telefon 0 76 41 / 9 30 83-0  
Info@windenreuter-hof.de  
79312 Emmendingen-Windenreute

ANZEIGE

**ERLEBEN SIE DIE KRAFT, DIE SIE TRÄGT**

Unsere Muskeln tragen uns tagein, tagaus durchs Leben. Aber nicht nur das. Sie geben

MUSKELN BRAUCHEN HERAUSFORDERUNGEN

**JETZT 1 MONAT BEITRAGSFREI TRAINIEREN –**