

LAUCHRINGER SPÄTLESE

gemeinsam statt einsam!

Alpine Skigruppe

Die Ausfahrten der alpinen Skigruppe finden bei geeigneter Schneelage normalerweise mittwochs statt, können jedoch, je nach Wetterlage, auch kurzfristig auf einen anderen Wochentag verlegt werden. Die nächste Ausfahrt ist für Mittwoch, 14. Januar geplant. Es wird ein Fahrtkostenanteil von 5,- € erhoben. Ansprechpartner ist Herr Richard Breitkopf, Tel. 07741-4188.
Treffpunkt: 09:00 Uhr am Rathausparkplatz zur Skiverladung

Neuer Kurs „Gymnastik für die grauen Zellen“

Ab Donnerstag, 22. Februar von 10.30 bis 11.30 Uhr in der Heilpraxis Lauchringen, Hauptstr. 46.

Wir trainieren Konzentration, Wahrnehmung, Gedächtnis, Denk- und Sprachfunktionen ohne Stress und Leistungsdruck.

Das Training wirkt sich positiv auf die körperliche Gesundheit und das Wohlbefinden aus.

Teilnehmer berichten, dass sie sich Dinge wieder besser merken können, im Alltag schneller und besser reagieren, wieder konzentrierter Auto fahren und überhaupt flexibler am Alltagsgeschehen teilnehmen können. Kompetenz und Selbstvertrauen steigern sich. Auch schmerzlindernde Effekte sind beschrieben.

Kursdauer: 6 Tage, jeweils donnerstags, mit Schnuppertag

Kosten: 60,- €.

Kursleiterin: Heilpraktikerin Katrin Vohrer
Anmeldungen bitte direkt bei Frau Vohrer, Tel. 07741-835 59 59 oder vohrer@heilpraxis-lauchringen.de

Wintersingen mit der Lauchringer Stubenmusik



Am **Samstag, 24. Februar, 15:00 Uhr** findet unser Wintersingen im Obergeschoss der Gemeindehalle Unterlauchringen statt.

Es musizieren für Sie

Ingeborg Scheiner
Peter Oehler
Gerd Schaible

Fahrdienst: Ab 14:30 Uhr von den Einstiegstellen Adler, Nimmersatt, Möbel Dick, Betreutes Wohnen Dr.-Konrad-Adenauerring 12 und Deutscher Kaiser. Nach dem Konzert werden Sie selbstverständlich zu den jeweiligen Einstiegstellen zurück gefahren. Wer nicht zu den Einstiegstellen kommen kann, wird nach vorheriger Anmeldung bei den Ansprechpartnern der Lauchringer Spätlesse auch zu Hause abgeholt.

Anmeldungen und Auskünfte:

Tel. 6095 – 31, 6095 – 33, 6095 – 32

badenova AG & Co. KG
Unternehmenskommunikation
Tullastraße 61
79108 Freiburg i. Br.
Fon: 0761/ 279-2718
Fax: 0761/ 279- 3043
unternehmenskommunikation@badenova.de
badenova.de

badenova
Energie. Tag für Tag

Service Information

Freiburg, 02.02.2018

Standby vermeiden – Geld sparen

Wer glaubt, dass Elektrogeräte im Standby-Modus keine Energie verbrauchen, der irrt. Allein für die Bereitschaft, dass das Gerät auf Knopfdruck schnell funktionsfähig ist, verbraucht es Energie.

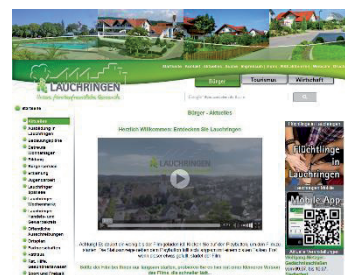
Ein Dreipersonenhaushalt zahlt im Jahr circa 115 Euro für alle Elektrogeräte, die im Haushalt auf Standby geschaltet sind. Der Energie- und Umweltdienstleister badenova hat ein paar Tipps um den Standby-Energieverbrauch im Haushalt zu reduzieren.

Geräte trennen: Immer häufiger gibt es keine Schalter an Elektrogeräten, die sie vom Netz trennen. Man sollte aber Geräte vom Stromnetz trennen, wenn diese nicht genutzt werden. Einfach Stecker ziehen! Hilfreich sind auch Mehrfachsteckdosen mit Schalter. Durch diese kann man mehrere Geräte gleichzeitig aus- und wieder anschalten.

Energieverbrauch: Beim Kauf eines neuen Elektro- oder Haushaltgerätes sollte man auf den Energieverbrauch im Standby-Betrieb und die Energieeffizienz achten.

Ladegeräte: Ladegeräte verbrauchen Strom, sobald sie in der Steckdose stecken. Dies ist unabhängig davon, ob ein Gerät angeschlossen ist oder nicht. Auch hier gilt: Ladekabel nur bei Bedarf in die Steckdose!

Energieverbrauch messen: Will man überprüfen, ob ein Elektrogerät im eigenen Haushalt Energie verbraucht wenn es ausgeschaltet ist, empfiehlt sich ein Strommessgerät. Badenova Kunden können Strommessgeräte kostenlos in allen badenova Servicecentern ausleihen.



Besuchen Sie
**IHRE GEMEINDE
LAUCHRINGEN**
im Internet.
Nutzen Sie die vielen
Möglichkeiten des
E-Bürgerservices
und das unabhängig
von Öffnungszeiten

www.lauchringen.de

Lauchringen mobil am Netz!

**Holen Sie sich die Gemeinde-App
auf Ihr mobiles Endgerät
– kostenfrei!
m.lauchringen.de**

Mobile-App-Lauchringen



Code scannen und online gehen



**Abonnieren Sie uns
auf Facebook**

unter Gemeinde Lauchringen
www.facebook.de/lauchringen