



# LAUHRINGER SPÄTLESE

*gemeinsam statt einsam!*

## Ein Erlebnisspaziergang der besonderen Art

Beim gehen Natur erleben, Spaß haben und die Sinne trainieren. Durch bestimmte Bewegungen kombiniert mit kognitiven Übungen in der Natur erfahren wir Wohlbefinden und bahnen uns einen Weg zur eigenen Körperwahrnehmung und Körperbalance.

Die geistige Leistungsfähigkeit ist beim Gehen um 20 Prozent höher als im Sitzen. Eine Kombination aus Gedächtnis – und Bewegungstraining wirkt dem Hirnalterungsprozess entgegen und macht auch noch Spaß.

**„Wir waren beim ersten Mal dabei, es war einfach toll“: Maria Weißblämle, Helga Martin, Ursula Isele und Katharina Merkt-Dold.**

Wir treffen uns wieder am Freitag den 12.10.07 um 9.30 Uhr vor dem Rathaus.

Um 11.00 Uhr sind wir wieder zurück.

Gutes Schuhwerk und bequeme wetterfeste Kleidung sind unbedingt notwendig, da wir auch bei eventuellem Regenwetter unterwegs sind.

Anmeldung und Information bei Katharina Merkt-Dold  
Tel.07741/969232 MAT – Trainerin GfG

Maximale Teilnehmerzahl 12.

## Die Spätlese auf dem Lauchringer Wochenmarkt



Am Donnerstag, 18. Oktober unterhält die Handarbeitsgruppe der Lauchringer Spätlese einen Stand auf unserem Wochenmarkt. Verkauft werden selbst hergestellte Strickwaren und Kuchen. Marktbeginn ist um 15.00 Uhr. Wir freuen uns, wenn Sie von dem Angebot regen Gebrauch machen werden.

## Fahrt nach Iffelzheim

Die Teilnehmer erhalten in den nächsten Tagen einen Brief mit Einzelheiten zur Fahrt.

## Handarbeitsgruppe

Die Handarbeitsgruppe trifft sich am Montag, 15. Oktober, von 14.00 bis 16.00 Uhr im Mehrzweckraum des Rathauses. **Neue Teilnehmer aller Altersgruppen sind recht herzlich willkommen. Interessierten werden gerne Strickanleitungen gegeben bzw. Stricktechniken vermittelt.**

## Kurs 75 plus „Fit bis ins höchste Alter“

Die Gruppe trifft sich immer dienstags von 10.30 Uhr bis 11.30 Uhr im Spiegelsaal der Gemeindehalle Unterlauchringen zur Gymnastik.

Neueinsteiger können jederzeit beginnen und sind herzlich willkommen. „Fit bis ins höchste Alter“, bedeutet, ich kann auch noch mit 75 und älter damit beginnen.

Informationen unter Tel. 07741/969232 bei Katharina Merkt-Dold.

## Wandergruppe

Am 18.Oktober treffen wir uns um 14 Uhr an der kath. Kirche in Unterlauchringen.

Wir wandern auf dem Wutachdamm nach Oberlauchringen und zurück.Zum Abschluss werden wir den Stand der Handarbeitsgruppe auf dem Marktplatz besuchen.

## Wer vermisst einen Schirm?

Nach der Fahrt ins Appenzellerland ist ein Schirm („Knirps“) im Bus liegen geblieben. Der Schirm kann im Rathaus, Zimmer 15 abgeholt werden.

## Wer hat Lust,

sich am Besuchsdienst der Lauchringer Spätlese zu beteiligen? Der Kontakt von Menschen zu Menschen ist einer der wichtigsten Bestandteile des gesellschaftlichen Lebens. Der Austausch mit einem Menschen, ist durch nichts zu ersetzen. Mit unserem Besuchsdienst wollen wir älteren oder kranken Mitbürgerinnen und Mitbürgern die Möglichkeit bieten, regelmäßig Gespräche zu führen. Es handelt sich hierbei um ein reines Gesprächsangebot, häusliche Arbeiten können von den Mitgliedern des Besuchsdienstes nicht übernommen werden. Sollten **SIE** Interesse haben, sich bei unserem Besuchsdienst zu **engagieren**, nehmen Sie bitte Kontakt zu den Ansprechpartnern der Lauchringer Spätlese auf.

## Spielnachmittag

Der nächste Spielnachmittag findet am Montag, 15. Oktober ab 14.00 Uhr im Großen Sitzungssaal des Rathauses statt.

Die Ansprechpartner der Lauchringer Spätlese:

**Herrn Rolf Burgert**      Tel. 60 95-35,  
**Frau Carmen Huber**      Tel. 60 95-33